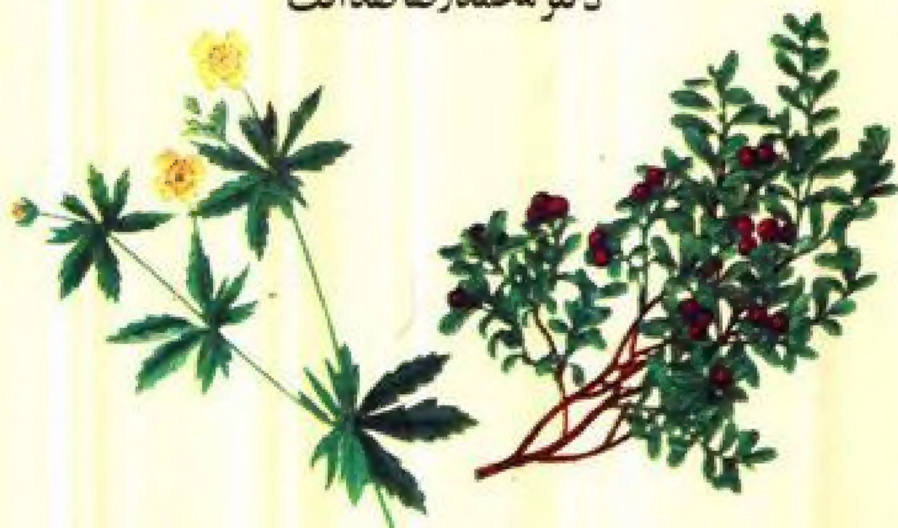


گیاهان دارویی

پروفسور هانس فلوک

ترجمه: دکتر محمدرضا توکلی صابری
دکتر محمدرضا صداقت



گیاهان داروئی

پروفسور هانس فلوك

ترجمه: دکتر محمدرضا توکلی صابری

دکتر محمدرضا صداقت



فلوک، هانس
گیاهان داروئی، هانس فلوک؛ ترجمه محمدرضا توکلی صابری، محمدرضا صداقت. ـ تهران: روزبهان، ۱۳۶۶.
۲۶۴ ص.: مصور. ISBN: 964-5524-05-0
فهرستنویسی براساس اطلاعات فیپا.
واژه‌نامه
چاپ ششم: ۱۳۸۴
ISBN: 964-5524-57-3
۱. گیاهان دارویی. ۲. پزشکی سنتی. ۳. پزشکی — نسخه‌ها و دستورالعملها. الف. م توکلی صابری، محمدرضا، ۱۳۲۵ – ، مترجم. ب. صداقت، محمدرضا، مترجم. ج. عنوان.
۹ گ ۸ ف / RS ۱۶۴ ۶۱۵/۳۲
۱۳۶۶
کتابخانه ملی ایران ۲۸ – ۶۷ م *

شابک: ۰-۰۵-۵۵۲۴-۹۶۴ ISBN: 964-5524-05-0

گیاهان دارویی

پروفسور فلوک، هانس

ترجمه: دکتر توکلی صابری، محمدرضا ـ دکتر صداقت، محمدرضا

چاپ ششم: ۱۳۸۴
تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه
چاپ: چاپخانه گلشن، تهران
امور فنی و هنری: سازمان پژوهش



بها: ۱۷۰۰۰ ریال

تهران، خیابان انقلاب، روبروی دانشگاه تهران، شماره ۱۳۴۲ ـ تلفن ۶۴۰۸۶۶۷ ـ نمابر: ۶۴۹۲۲۵۳

فهرست مطالب

مقدمه مترجمین

توجه به گیاهان داروئی که بخش عمده‌ای از طب سنتی ایران را تشکیل می‌دهد و ارائه اطلاعات درست وعلمی درباره پرورش، نگهداری واستفاده از آنها برپایه یافته‌های جدید، روز به روز اهمیت ویژه‌ای می‌یابد.

کتاب «گیاهان داروئی» تألیف پروفسور فلوك که توسط پروفسور روسون از آلمانی به انگلیسی ترجمه شده است کتابی است که برپایه یافته‌های علمی جدید اطلاعات مفیدی را درباره گیاهان داروئی ارائه می‌دهد.

پروفسور فلوك استاد فارماکولوژی در انستیتوی تکنولوژی سوئیس، عضو کمیته فارماکوپه سوئیس، فارماکوپه اروپا وفارماکوپه بین‌المللی است. هم‌چنین عضو کمیسیون کودکس غذائی سوئیس است و مسوولیت بخش ادویه آنرا بعهده دارد.

کتاب «گیاهان داروئی» راهنمای صدوپنجاه گیاه داروئی اروپاست. هر گیاه همراه با تصویر بطور کامل شرح داده شده است. اطلاعات داده‌شده درباره هر گیاه برحسب عناوین زیر تنظیم شده است:

شرح، قسمت مورد استفاده، زیستگاه و گردآوری، ترکیبات و اثر، مصرف.

در ابتدای کتاب مؤلف اطلاعاتی درباره روش خشك کردن و نگهداری گیاهان داروئی و روش مصرف آنها ارائه می‌دهد. در انتهای کتاب نیز فصلی دربارهٔ بیماریهای شایع و گیاهانی که برای درمان آنها به‌کار می‌رود آمده است.

این کتاب از متن انگلیسی به فارسی برگردانده شده است. مترجمین نیز سی گیاه داروئی پر مصرف ایران را هماهنگ با روش پروفسور فلوك به انتهای کتاب افزوده‌اند. (صفحه ۲۰۲ ـ ۱۷۳) زیستگاه گیاهان در ایران نیز توسط مترجمین به متن اصلی افزوده شده‌است. هم‌چنین یك فهرست الفبائی ازنام گیاهان به فارسی، یك واژه‌نامه گیاه‌شناسی انگلیسی به فارسی و فارسی به انگلیسی همراه با شرح واژه‌های گیاه‌شناسی فراهم آورده‌اند. امیدکه قبول افتد.

دکتر محمدرضا توکلی صابری
(Pharm. D. - Ph. D)

دکتر محمدرضا صداقت
(Pharm. - D.)

دیباچه چاپ اول

مصرف روز افزون گیاهان دارویی در زمان حاضر سبب انتشار کتب بسیاری دربارهٔ این گیاهـان شده است. بسیاری از این کتابها فاقد یك دید انتقادی، بویژه درمورد تأثیروموارد مصرف این گیاهان است. این کتابها بدون هیچگونـه بررسی جدی تمام موارد مصرفی را که به برخی از این گیاهان نسبت داده شده، هم درطب خانگی وهم طب علمی تکرارمی کنند.

نویسنده از مشکلات تألیف یك کتاب جدی، در مورد گیاهان دارویی بی اطلاع نیست، کتابی که باید همه‌خوان، اما علمی باشد واین را نیزمی‌داند که درآغاز این کار است. نویسنده امیدوار است که این کتاب مورد استفادهٔ همگان، وتاحدودی پزشکان وداروسازان، قرار گیرد. این کتاب برپایهٔ بررسیهای علمی تألیف شده است وشامل شرح ساده‌ای ازمهم‌ترین گیاهان دارویی است. بدین ترتیب ابتدا تصاویررنگی وتوصیف گیاه آمده است که، شناسایی آن‌را برای کسانی که دانش وسیعی ازگیاه شناسی نـدارنـد ممکن می‌سازد. این تصاویر با نظارت نویسنده کشیده و رنگ‌آمیزی شده‌انـد. برای این‌کار از گیاهان وحشی ونیزازتصاویرمنتشرشدهٔ قبلی که بدقت انتخاب شده‌اند استفاده شده است و در جایی که لازم بوده است درآنها دست‌کاری و اصلاح شده است. توصیف گیاه تاحدامکان ساده است، اصطلاحات گیاه‌شناسی فقط هنگامی که فهمشان آسان بود به‌کاررفته است. در دومین پاراگراف، بخشهای مورد استفادهٔ گیاه درپزشکی توضیح داده شده است.

از آنجایی که خود مردم بایـد گیاهـان دارویی را گردآوری کنند، بنابراین مکانهایی کـه غالباً گیاهان درآنجا یافت می‌شوند بدقت نام برده شده‌انـد. دربارهٔ گیاهـانی کـه بندرت به حالت وحشی دیده می‌شوند اما بسهولت می‌توان آنها راپرورش داد.روشهای علمی مختصرجهت کشت(معمولا درباغچه‌وبرای مصرف شخصی) داده شده است. برای تولید تجارتی‌کارهای ویژه‌ای باید برروی‌آنها انجام شود.

سپس مواد موثردارویی‌که درگیاه وجود دارد همراه با تأثیردارویی

آنها نام برده شده است. برروی مواد مؤثر بسیاری از گیاهان هنوز به قدر کافی مطالعه نشده است ونویسنده توانسته است فقط تحقیقاتی‌راکه تا به‌حال انجام شده، گزارش کند. نویسنده به‌عمد فقط آن خواص دارویی راکه توسط آزمایشهای جدی یا در نتیجهٔ تجارب طولانی به اثبات رسیده است یا آن اثرهایی راکه می‌توان ازموادمؤثرشناخته شده انتظارداشت، ارائه داده‌است.

درآخرین پاراگراف هر تك نگار، روش استفاده ازگیاه دارویی و فرآورده‌های ساخته شده ازآن شرح داده شده است. در اینجا هم نویسنده فقط موارد مصرف‌کاملاآزمایش شده یاmواردی راکه با شیمی گیاه موردبحث قابل توجیه‌است، ذکر کرده است. بدینسان امیدواراست‌که استفاده ازگیاهان دارویی را تشویق کند، زیرا اگر گفته می‌شود برخی از این‌گیاهان خواصی راکه به آنها نسبت می‌دهند دارا نیستند به این علت است‌که خواص بسیار زیادی را به‌آنها نسبت داده‌اند. فرآورده‌هایی‌که از هر یك از این‌گیاهان تهیه می‌شوند فقط محدود به آنهایی است‌که مردم عادی می‌توانند بآسانی تهیه‌کنند. بنابراین به‌عمد روشهای ساخت عصاره یا تنطورحذف شده است. فقط دارو ساز و شیمیدان با آموزش علمیشان می‌توانند فرآورده‌های غالباً پیچیده‌ای را ازگیاهان تهیه‌کنندکه بیشترین کارایی را خواهد داشت. از دیگر سو، فرد عادی بخوبی می‌تواند برخی دم‌کرده‌ها و فرآورده‌های ساده دیگررا تهیه‌کند.

در فهرست بیماریهایی‌که باگیاهان درمان می‌شوند، نویسنده تمام بیماریهای خطیر را حذف‌کرده است. این بیماریها را فقط پزشك باید درمان‌کند.

ازمیان ۴۵۰ گیاه فلور سوییس‌که برای درمان مورد استفاده قرارمی‌گیرند، ۱۷۵ گیاه،که ۱۴۴ تای‌آنها با تصاویر رنگی نمایش داده شده‌اند، انتخاب شده است. اینها گیاهان دارویی عمدهٔ فلورسوییس هستند. اثربخشی آنها با تجارب طولانی تأیید شده است و گیاهان مورد توجه سوییسیها هستند. نویسنده افزودن شرح برخی ازگیاهان بسیار قوی نظیر بلادون،گل‌انگشتانه، بنگ‌دانه وغیره را نیزجالب یافته است، اگرچه باید فقط توسط پزشك تجویزشوند.

زوریخ، اچ. فلوك

دیباچهٔ اولین ترجمهٔ انگلیسی

این ترجمهٔ انگلیسی بر پایهٔ متن آلمانی Unsere Heilpflanzen و ترجمهٔ فرانسهٔ آن Herbes Medicinal قراردارد. دراین کتاب اصطلاحات و تغییراتی برای استفاده در انگلستان به عمل آمده است. برای هر گیاه از نامهای عامیانهٔ انگلیسی استفاده شده است و شمارهٔ محدودی از سایرنامهای عامیانه مورد استفاده همگانی نیز همراه با یادداشتهایی در این باره به آن افزوده شده است.

درهر تك نگار، بخش مربوط به زیستگاه گیاهان بازنویسی شده است تا مکان رویش این گیاهان و انواعی را که درباغچه‌ها پرورش می‌یابند نشان دهد. فقط شمارهٔ کمی از گیاهان سوییسی که دراین کتاب توصیف شده است در انگلستان یافت نمی‌شود که در متن کتاب نام آنها ذکرشده است. شمارهٔ زیادی ازاین گیاهان درهمه‌جای دنیا یافت می‌شود. سه گیاه که درطب گیاهی انگلستان مصرف می‌شوند به نام .Daphne laureola L و Taraxacum officinale Weber و .Verbascum thapus L به‌این تك‌نگارها افزوده شده‌اند.

ازفرصت استفاده شده وبعضی ازنامهای ژنریك یااختصاصی براساس یافته‌های اخیر اصلاح شده است، اما در این ترجمه، نامهای قدیمی‌تر (و شناخته شده‌تر) متنهای اصلی نیزآمده است.

پروفسورفلوك نیز دربخش مربوط به ترکیبات واثر نکاتی را افزوده است. علاوه برموضوعات فوق، متن انگلیسی ترجمهٔ دقیقی است و خواننده باید این موضوع راهنگام برخوردبا گیاهان کمیاب مختص کوهستانهای آلپ سوییس یا تهیهٔ لیکوری که بیش از توانایی یك فرد عادی این کشور است به یاد داشته باشد. واحدهای طول، حجم و وزن هم در سیستم متریك آمده است. واحدهای خانگی که دقت کمتری دارند مانند قاشق غذاخوری، مشت ونوك چاقو هنوزهم به‌کارمی‌روند و دراین کتاب هم آمده است.

جی. ام. روسون

استفاده از گیاهان دارویی

تحقیقات جدید معلوم ساخته است که اثر گیاهان دارویی به‌خاطر وجود تعداد نسبتاً کمی از ترکیبات شیمیایی است - به‌نام مواد مؤثره - که گیاه تولید می‌کند. بقیهٔ مواد شیمیایی گیاه که مادهٔ مؤثره نیستند به عقیدهٔ برخی ازمحققین مواد بی‌اثر یا بی‌فایده‌اند. بنابراین هنگامی که تاننها از تورمنتیلا Tormentilla جدا شدندتصورمی‌شدکه این فرآورده‌های خالص می‌توانند جانشین تمام گیاهان تانن‌دارازجمله خود تورمنتیلا گردند. اما آزمایشهای انجام شده نشان دادندکه تانن خالص یك اثربسیار قوی‌دارد، درحالی که گیاه طبیعی درمان‌ملایم‌تری برای اسهال است زیراکه تاننها بتدریج دردستگاه گوارش آزاد شده و در نتیجه شدت اثر کمتری دارد. همین‌طوردربسیاری ازموارد ثابت شده است که تأثیر گیاهان دارویی از ماده مؤثره جدا شده از آن کامل‌تر است. و «مواد بی‌اثر» دراین زمینه نقشی دارد. درست است که برای برخی مصارف (مانند تزریق) ماده مؤثره یا عصاره‌ای کــه بدقت تهیه شده است بسیارمفیدتر ازخودگیاه است، علت نیز آن است که برخی ترکیبات شیمیایی که خود بی‌اثرنــد، ممکن است در محل تزریق سبب تحریك بافتها شونــد یا با خون واکنشهایی ایجاد کنند که به‌هرقیمت بایدازآنها جلوگیری شود. درطب خانگی ماازامتیازمصرف تمامی گیاه یا یك یا چند اندام‌آن برخورداریم.

مواد مؤثرهٔ تعداد قابل توجهی ازگیاهان دارویی هنوزهم ناشناخته است زیراترکیبات شیمیایی‌آنها هنوز جدا نشده وتشخیص داده نشده‌اند، یافقط بعضی ازفعالیتهای گیاه طبیعی را می‌شناسیم (مانند دارواش). دراین موارد ما باید به‌اطلاعاتی‌که دراختیار داریم مراجعه کنیم تایك عصاره یا داروی مؤثرداشته باشیم.

گاهی اثرگیاهان دارویی دست‌کم گرفته می‌شود. در موارد بسیاری علت این است‌که روش استخراج در این‌گیاهان نادرست بوده و سبب شده است که اثرآن تا حدودی و یا کاملا از بین برود. از سوی دیگر در طب خانگی به زیاد برآورد کردن خواص گیاهان دارویی گرایش زیادی وجود دارد و خواصی راکــه با ترکیبات شیمیایی گیاهان نمی‌توان توجیه‌کرد به‌آنها نسبت می‌دهند. سل، امراض مقاربتی یا برخی بیماریهای کبدی را با گیاهان دارویــی نمی‌توان درمان‌کرد. در این موارد گیاهان دارویی فقط درمان حمــایتی هستند. بنابراین از درمان با گیاهان دارویی انتظار ناممکن نداشته باشید و بالاتر از همه برای چنین مواردی‌آنها را توصیه نکنید.

برای بیماریهای ساده‌ای مانند سرماخوردگی، التهــاب مخــاط دهــان، حنجــره، ناراحتیهــای ملایم گــوارشی، اسهــال و غیره

گیاهان دارویی حتی اگر توسط فرد معمولی مصرف شود ممکن است ارزش واقعی داشته باشد. برای بعضی از بیماریهای خطیرتر مانند بعضی از بثورات پوستی یا بیماریهای ریوی، درمان با گیاهان دارویی، داروی تجویزی پزشک را کارآتر می‌سازد.

اما در موارد مشخص بیماریهای شدید مطلقاً ضروری است که از توصیهٔ پزشکی که به خاطر تحصیلات علمی‌اش می‌تواند هم درست تشخیص دهد و هم درمان مناسب را تجویز کند بهره‌جوییم. هنگامی که پزشك فراخوانده شد، نباید بدون دستور یا نظر او هیچ گیاه دارویی را مصرف کرد. یك «درمان تکمیلی» که توسط یك فرد عادی انجام می‌شود ممکن است با اثر مورد توجه پزشك ضدیت داشته باشد و می‌تواند کاملا مانع از اثر آن شود.

بعضی از ترکیبات فعال گیاهی و طرز اثر آنها

برای دانستن شیوهٔ استفاده از گیاهان دارویی و طرز اثر آنها، لازم است که دربارهٔ ترکیبات فعال و اثر بخشی آنها چیزهایی بدانیم. مقدار مواد مؤثر موجود در گیاهان بسیار متغیر است، مثلا اگر گیاه در شرایط بسیار نامناسب پرورش یافته باشد یا اگر از گونه‌ای باشد که مقدار ماده مؤثر آن کم است حتی ممکن است گیاه اصلا فاقد ماده مؤثره باشد. از سوی دیگر مقدار مواد مؤثر گاهی ممکن است بیشتر از حد معمولی باشد و در چنین شرایطی گیاه تأثیر قوی‌تری خواهد داشت. به همین دلیل داروساز، باید اکثر داروهایی را که به‌کار می‌برد استاندارد کند تا داروهایی با کیفیت خوب در اختیار پزشك و بیمار گذارد.

در زیر بعضی از مهم‌ترین ترکیبات فعال گیاهی همراه با طرز اثر آنها به نظر می‌رسد.

از میان ترکیبات معدنی بدن املاح پتاسیم و کلسیم اهمیت ویژه‌ای دارند. نمکهای پتاسیم خاصیت مدر دارند درحالی که املاح کلسیم به ساختمان استخوانها، تنظیم دستگاه عصبی و مقاومت بیمار در برابر عفونتها یاری می‌رسانند. املاح پتاسیم تقریباً در تمام گیاهان بفراوانی یافت می‌شوند و معمولا به شکل محلول هستند. املاح کلسیم کمتر قابل انحلال هستند و هنگامی که تیزانها تهیه و مصرف می‌شوند به مقدار بسیار کمی به بدن می‌رسند.

اسید سیلیسیك نیز عملا در تمام گیاهان یافت می‌شود و برخی از گیاهان حاوی مقادیر زیادی از آن هستند (مانند دم اسب، علف هفت بند، شش گیاه) این اسید مانند یك تقویت کننده بافتهای ملتحمه عمل می‌کند، بویژه درششها، و بدین ترتیب مقاومت به‌سل ریوی را کمی افزایش می‌دهد.

یك رژیم غذایی متعادل‌حاوی مقدار کافی از املاح معدنی است. املاحی که در گیاهان دارویی وجود دارد با ترکیبات فعال دیگری همراه است و تأثیر دارویی چنین املاحی‌خالی از اهمیت نیست.

اسیدهای آلی (مالیك، سیتریك، تارتریك، اگزالیك وغیره) نیز از ترکیبات معمولی گیاهان هستند و در اندامهایی مانند میوهٔ گیاهان جمع می‌شوند. در برخی موارد این ترکیبات، بویژه اسید تارتریك و املاحش، مانند یك ملین ملایم عمل می‌کنند.

موسیلاژ گیاهی در آب تورم پیدا می‌کند ومحلولهای‌خمیری شکل یا چسبناکی می‌سازد. این خاصیت است که اثر ملین به گیاه می‌دهد. آب در روده می‌ماند و از سفت شدن محتویات آن جلوگیری می‌کند و از سوی دیگر همچون یك لینت دهنده عمل می‌کند. در همان زمان

حجم محتویات دستگاه گوارش افزایش می‌یابد وفشار آن بردیوارهٔ روده زیاد شده و به‌حرکات پریستالتیک کمک می‌کند. علاوه برآن موسیلاژ یک لایهٔ محافظ برروی مخاط می‌کشد بطوری که محرکهایی نظیر اسیدها، نمکها وغیره نمی‌توانند با قسمتهای ملتهب یا بیمار تماس پیدا کنند. به همین دلیل از گیاهان موسیلاژی به عنوان ملین و برای محافظت مخاط ملتهب دستگاه گوارش استفاده می‌شود. گاهی از این اثر تسکین دهندگی برای درمان اسهال بویژه اسهالهای ناشی از بعضی عوامل باکتریایی یا محرکهای قوی استفاده می‌شود. همچنین باید از مصرف آنها به شکل کمپرس داغ (ضماد) نیز نام برد. موسیلاژ مقدار زیادی آب را در خود نگه می‌دارد وبنابراین گرمای زیادی را نگه می‌داردکه پیوسته به داخل بافتها نفوذ می‌کند. عمده‌ترین گیاهان حاوی موسیلاژ عبارتند از: برزك، شنبلیله، گل وبرگ پنیرك، گلسنگ ایسلندی وشکوفهٔ لیموترش. موسیلاژ در اثر حرارت طولانی تجزیه شده و به قند تبدیل می‌شود و بدین ترتیب فعالیت خود را ازدست می‌دهد.

گلیکوزیدها موادی هستند که در اثر آنزیمها، اسیدهای رقیق، قلیاییها یاجوشاندن هیدرولیزشده وبه یك ترکیب غیرقندی ویك یا چندقند تجزیه می‌گردند. خاصیت دارویی آنها مربوط به‌قسمت غیرقندی ملکول است که‌ازنظر شیمیایی بسیارمتنوع است. قسمت قندی ملکول معمولا برروی قابلیت انحلال ودرنتیجه برروی جذب آن در بدن تأثیر می‌گذارد. بسیاری از گلیکوزیدهای گیاهی هیچ اهمیت درمانی ندارند، اما برخی مانند گلیکوزیدهای گل انگشتانه، خربق سیاه یا گل برف برروی قلب تأثیرزیادی دارند ودرهمان حال ترشح ادرار راافزایش می‌دهند. این ترکیبات ازفعالترین ترکیبات سمی گیاهان هستند. گروه ویژه‌ای از آنها شامل گلیکوزیدهای آنتراکینونی است که درسنجدتلخ، سیاه توسه، monk's rhu-barb، ونیز در ریوند چینی و سنا یافت می‌شود و ملینهای قوی هستند. گلیکوزیدهای مشتق از اسید سالیسیلیك شامل گروه دیگری می‌شود. این گلیکوزیدها در برخی از بیدها، ریش بز، بنفشه و غیرآنها یافت می‌شود و خاصیت تب‌بر، ضد التهابی، گندزدا وضددرد دارند وبرای درمان روماتیسم به‌کار می‌روند. سالها توجه زیادی به‌گروهی‌ازگلیکوزیدهای بی‌رنگ یا زرد رنگ به نام فلاونوئیدها می‌شد. این ترکیبات مویرگها را تقویت می‌کنند وازخونریزیهای کوچك زیرپوستی که‌در سالخوردگان بسیار شایع است جلوگیری می‌کنند. برخی از آنها انقباضهای عضلات صاف رارفع می‌کنند، درحالی‌که برخی‌دیگر جریان خون را در شریانهای‌کرونر بهبودی می‌بخشند.

ساپونینها، نیز گلیکوزید هستند.خاصیت فیزیکی مهم‌آنها این است که محلولهای مایی آنها بسیار کف می‌کنند. به همین دلیل است که به‌عنوان دترجنت مصرف می‌شوند ونامشان ساپونین است(ساپو به‌زبان لاتین یعنی صابون). وجود مقادیرزیادآنها درجریان خون خطرناك است و ممکن است به علت تجزیه کردن گلبولهای سرخ (همولیز) مهلك باشند. اما از آنجایی که به‌مقدارناچیزی ازدستگاه گوارش جذب می‌شوند، خوردن آنها معمولا خطرناك نیست. ساپونینها در دستگاه گوارش جذب مجدد برخی ازترکیبات (مانند موادغذایی و داروها) را تسهیل‌می‌کنند. ساپونینها ملینهای ملایم، ادرارآور و خلط‌آورهستند. ساپونینها درگیاهان‌فراوانندودرگیاهان، **rupturwort**، ریشهٔ چوبه و ریشهٔ **cowslip**، **mullein** و علف شیر، به وفور یافت می‌شوند. اگر محلولهای مایی‌آنها جوشانده شود مانند بقیهٔ گلیکوزیدها ازبین رفته و فعالیت خود را از دست می‌دهند.

ساپونینهای herb paris و سیاهدانهٔ گندم برخلاف ساپونینهای دیگر بخوبی از

دستگاه گوارش جذب می‌شوند و بسرعت وارد جریان خون شده سبب همولیز می‌شوند که ممکن است مهلك باشد (بخصوص حبه‌های harb paris).

هنگامی که از گیاهان گلیکوزیددار (ونیز ساپونین دار) تیزان تهیه می‌شود لازم است که از جوشاندن طولانی آنها خودداری شود زیرا این کار ازتأثیر آنها می کاهد.

تاننها پروتئینها را رسوب می‌دهند. به‌همین دلیل پوست حیوانات را به چرم تبدیل می کنند. تاننها در گیاهان فراوانند مثلا در پوست بلوط، بید، برگ گردو، گزنه، گلسرخ، گل آویز گونه‌های Tormentila و سایر گونه‌های potentilla و غیرآنها یافت می‌شود. به حالت آزاد و به مقدار زیاد مخاط را تحریك می کنند، با مقادیرکم مقدارکمی ازپروتیینها را درآستر مخاطی رسوب داده و بدینسان آن را نفوذ ناپذیر می‌سازند. پس از این از نفوذ سایرمحرکها به‌لایه‌های عمقی‌تر مخاط آسیب دیده جلوگیری می‌شود و بدین ترتیب به بهبودی آنها کمك می‌شود. به خاطر این خاصیت تاننها به‌عنوان ضداسهال وبرای درمان برخی از سوختگیها به‌کار می‌روند. با جریان مشابهی تاننها از رشد باکتریها جلوگیری می کنند زیرا پروتیینهای لازم برای تغذیه‌شان ازدسترسشان خارج شده وپروتیینهای خودآنها نیز رسوب می کند. تاننها مویرگها را نیزمنقبض می کنند وبدینسان از برخی از خونریزیها جلوگیری می کنند. تاننها با اکسیژن اتمسفر ترکیب شده وبه ترکیبات‌غیرفعالی تبدیل می‌شوند. تاننها در اثر جوشیده شدن طولانی درآب منهدم می‌شوند.

روغنهای فرار یا اسانسها، ازپرمصرف‌ترین فرآورده‌های گیاهی در طب خانگی است. این ترکیبات، بویژه به حالت بخار، بسیارفرارند.اسانسها عامل اصلی بوی مشخص گیاهانند. اسانسها بطور نامنظمی در سراسر گیاهان پخش شده‌اند. برخی از گیاهان عملا هیچ اسانسی ندارند درحالی که برخی دیگر (مانند چتریان، نعناعیان وغیرآنها) دربسیاری ازگونه‌هایشان کم وبیش مقادیرزیادی اسانس دارند. روغنهای فرارغالباً در برخی از غده‌های مخصوص یا در داخل بافت یا در سطح روپوست(اپیدرم)گیاه یافت می‌شوند.خاصیت دارویی آنها بسیارمتفاوت است. بعضی برروی دستگاه عصبی اثر می گذارند مانند روغن رازیانه (بادشکن) یا روغن‌افسنطین (محرك). بسیاری ازآنها ترشح شیرهٔ معده را افزایش می‌دهند (غددبزاقی، شیرهٔ روده ومعده، صفرا) وبنابراین اشتها را زیاد می کنند. این روغنها به‌گوارش غذاکمك کرده وکار روده‌هارا تنظیم می کنند. هنگامی‌که اسانسها برروی مخاط یا حتی برروی پوست سالم گذاشته می‌شوند جریان خون، بویژه لکوسیتها را، افزایش می‌دهند (پرخونی). این خاصیت همراه با خواص باکتری‌کشی برخی از روغنها مبنای اثرگندزدایی آنهاست. محلولهای الکلی تهیه شده از داروهای حاوی روغنهای فرار (تنطورها) را می‌توان به عنوان لینیمان برای درمان رماتیسم‌مصرف‌کردکه باافزایش‌جریان خون درناحیهٔ تحت درمان اثر خود را ظاهر می کنند. برخی ازگیاهان اسانس‌دار مانند سروکوهی، انجدان رومی، ترشح ادرار را تحریك می کنند. ازاین اسانسها برای کاهش تجمع‌آب دربدن (خیز) استفاده می‌شود.

رزینها، توسط غده‌های مخصوصی ترشح می‌شوندکه شبیه غده‌های‌مولد اسانسها هستند وغالباً هم در همان زمان ترشح می‌شوند. رزینها فرارنیستند وبرای‌تحریك پوست به‌کار می‌روند.

آلکالوییدها، ترکیبات ازته‌ای هستندکه تأثیرکم‌وبیش مشخصی‌برروی اعصاب‌مرکزی دارند، وغالباً برروی اعصاب محیطی نیز اثر می کنند. برخی آلکالوییدها از قوی‌ترین سموم شناخته شده هستند. فقط تعدادکمی از گیاهان‌آلکالوییددار درطب خانگی به‌کارمی-

روند، اگرچه از بنگ دانه به‌شکل لینیمان برای تسکین درد استفاده می‌شود. بلادون، تاج الملوك (آقونیطون) دو گیاه معروف آلکالوئیددار هستند.

ترکیبات تلخ، یك گروه شیمیایی خاصی نیستند زیرا تنها خاصیت مشترك آنها مزهٔ تلخشان است. اما این خاصیت دارای اهمیت درمانی است زیرا این ترکیبات از راه خوراکی ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنا بر این اشتهای بیمار را زیاد می‌کنند. از گیاهان تلخ می‌توان، افسنطین، ریشه جنتیانا (کوشاد)، قنطوریون و خزهٔ ایسلندی را نام برد. شمارهٔ زیادی از گیاهان طعم تلخی دارند و نباید فراموش کرد که برخی از آنها خواص دارویی دیگری نیز دارند یعنی ممکن است سموم شدیدی باشند، مانند گیاه گرمسیری نوآومیك که حاوی استریکنین است. اما فقط آن گیاهانی به‌عنوان مواد تلخ مصرف می‌شوند که با مقادیر مناسب سمی نیستند.

بعضی از گیاهان هم دارای مواد تلخ هستند و هم روغنهای فرار دارند مانند افسنطین و جنتیانا، این دو گروه ترکیبات ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنا بر این اشتها را زیاد می‌کنند.

آنتی بیوتیکها، که از گیاهان پست استخراج می‌شوند (مشهورترین آنها قارچ پنی‌سیلین است) از اهمیت دارویی فراوانی برخوردارند زیرا تعدادی از بیماریهای عفونی را درمان می‌کنند. اگرچه شمارهٔ زیادی از آنتی بیوتیکها از قارچها استخراج می‌شوند اما بعضی آنتی بیوتیکها نیز در تعدادی از گیاهان «عالی‌تر» مانند باباآدم نیز یافت شده‌اند، که خاصیت ضد عفونی نسبت داده شده به این گیاهان را بیان می‌دارد. مطالعهٔ گیاهان دارویی، دارای این خاصیت، به‌تازگی شروع شده است. هم اکنون فقط تعداد کمی گیاهان را می‌توان نام برد که ترکیبات آنتی بیوتیکی دارند. اگر از گیاهان عالی‌تر غالباً در تهیهٔ آنتی بیوتیکها استفاده نمی‌شود به‌این علت است که رشد آنها درمقایسه با قارچهایی که پنی‌سیلین تولید می‌کنند بسیار کند است.

سمیت بعضی از گیاهان دارویی پیش از این گفته شده است ما به‌این موضوع هر جا که لازم بود در هنگام بررسی هریك از گیاهان برخواهیم گشت. این سمیت آشکارا نشان می‌دهد که از گیاهان دارویی باید با دقت لازم استفاده کرد. اما ازسوی دیگر از آنها فقط برای درمان بیماریهایی باید استفاده کرد که می‌توانند آنها را شفا بخشند.

دراین زمینه باید تأکید کرد که بین سمیت گیاهان دارویی ومواد شیمیایی صناعی اصولا اختلافی وجود ندارد. بعضی گیاهان اصلا سمی نیستند درحالی که بعضی دیگر با مقادیر بیش از حد معمولی سمی می‌شوند، بنا بر این شخص باید همیشه ازاین نکته آگاه باشد. از آنجایی که مادهٔ مؤثرهٔ گیاهی منشاء طبیعی دارد، این بدان معنی نیست که سمی نباشد، مسلماً هم مادهٔ مؤثره وهم خود گیاه ممکن است سمی باشد.

موارد مصرف و روشهای آماده کردن گیاهان دارویی

درمان موفقیت آمیز با گیاهان دارویی به‌مقدار زیادی بستگی به‌روش آماده کردن آنها برای مصرف دارد. درطب خانگی غالباً به‌شکل تیزان، گرد یا تفاله (خمیری که از له کردن بافت‌های تازه به‌دست می‌آید) مصرف می‌شود. گرد گیاهان باید به‌حد کافی نرم باشد تا شیره‌های گوارشی بتوانند مادهٔ مؤثره را از آن استخراج کنند. مصرف گیاهان دارویی

به‌شکل گرد بدن‌را قادرمی‌سازد تا این ترکیبات را به‌طور پیوسته و کامل جـذب کند. بسیار بجاست اگراین روش را بهترین‌روش‌استفاده از گیاهان دارویی محسوب کنیم. به‌طور کلی مقدارلازم‌ازگرد گیاهی‌را درکمی آب به‌حالت تعلیق‌درآورده وسپس می‌خورند. خمیر گیاهی غالباً برروی زخم مالیده می‌شود. لازم است که گیاه یا بخشی‌ازگیاه را شست، سپس آن‌را برروی‌یك‌سطح‌تمیز گذاشت وسپس با یك کارد پهن له کرد. با این روش ممکن است میکرو-ارگانیسمهای‌زنده وارد زخم‌شوند. ازگیاهان دارویی غالباً به‌شکل تیـزان استفاده می‌شود که باجوشاندن یا دم کردن تهیه می‌شوند. دم کردن عبارت است ازریختن آب‌جوش برروی مقدارمتناسبی دارو وصبرکردن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵دقیقه. روش دیگرعبارت از ریختن‌دارو و آب‌سرد دریك‌ظرف‌سرپوش‌دار وسپس‌حرارت دادن تا نقطهٔ جوش، و بی‌درنگ دورکـردن آن ازمنبع حرارت وکنار گذاشتن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵دقیقه. روش دوم بهتراست.

جوشاندن عبارت است از ریختن دارو درآب سرد، حرارت دادن تاحدجوش، ادامهٔ جوشاندن به‌مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، سپس کنار گذاشتن به‌مدت یك‌ربع. بسیاری ازترکیبات فعال‌گیاهی با این روش جوشاندن تجزیه‌می-شوند.

نرم بودن گرد گیاهی اهمیت‌زیادی‌دارد. دربیشترموارد ترکیبات مؤثر در درون یاخته-های گیاهی قرار دارندکه توسط انحلال (دم کردن یـا جوشاندن) بایـد ازآن استخراج شوند. بنابراین لازم است‌که پیش از ساختن تیزان پوست، ریشه‌ها، شاخه‌ها یـا برگهای ضخیم گیاهانی نظیرانگور خرس را به‌تکه‌های بسیارریزی خرد کرد. اگراین‌کارانجام نشود، این احتمال وجود داردکه بخش کوچکی از ترکیبات فعال گیاه در تیزان حل‌شوند.

انتخاب بین جوشاندن و دم‌کردن بیشتر به‌خواص شیمیائی مواد مؤثره موجود درگیاه بستگی دارد. بطورکلی گیاهانی راکه روغن-های فراردارند همیشه با دم‌کردن آماده می-کنند و هیچگاه با جوشاندن تهیه نمی‌شوند. برای گیاهان گلیکوزیددار نیزهمین‌طور است، اما اگر گلیکوزیدها خیلی‌کم محلول باشند، گیاه را می‌توان مدت کوتاه (۲ تا ۵ دقیقه) جوشاند. گیاهان موسیلاژدار را نیزدم‌می‌کنند تا از انهدام مواد مؤثر آنها جلوگیری شود. اما گیاهانی‌که موسیلاژ فراوان دارند (مانند دانه‌های برزك و به) باید به‌مدت ۱۰ تا ۳۰ دقیقه درآب سرد خیسانده شوند وپس از آن هم خیسانده‌آبی وهم خود گیاه خورده شود. اما گیاهان تانن‌دار راطبق یك‌قاعده‌می گذارند به‌مدت‌چنددقیقه‌بجوشد. هنگامی که‌ازمخلوطی ازگیاهان‌باحساسیتهای‌مختلف نسبت‌به‌حرارت استفاده می‌شود، بهتر است‌که ازروش‌تهیه‌ای استفاده شودکه مناسب ناپایدارترین آنهاست وتمام بافتهای چوبـی را به‌قطعات کوچکی تبدیل‌کرد تـا استخراج مـواد مؤثر بخوبی انجام شود.

مقدارگیاه مصرفی، به وضع بیمار تحت درمان وکیفیت گیاه داروئـی بستگی دارد. در شرح مربوط به گیاهان، مقداری‌که باید مصـرف شود همیشه مشخص شده است امـا برای بیماران ضعیف وکودکان این مقدارباید کاهش یابد.

کشت وگردآوری گیاهان دارویی

بسیاری ازگیاهانی‌کـه در طب خانگی مصرف می‌کنیم بومی هستند. بـرخی از آنها مـانند نعناع صحرایی، نعناع، مـریم گلی، فرنجمشك و رومارن‌سالیان دراز در زمینهای

ماکشت شده‌اند. برای تهیهٔ مقادیر زیاد و مورد نیاز از برخی گیاهان دارویی گاهی لازم می‌شود که آنها را، حتی اگر به حالت وحشی هم وجود دارند، کشت کنیم. عقیدهٔ شایعی درمیان است که گیاهان پرورشی از آنهایی که از زیستگاه طبیعیشان گردآوری می‌شوند تأثیر کمتری دارند. باید تأکید کرد که این عقیده کاملا نادرست است. پژوهشهای انجام شده درطی سالیان دراز نشان داده است که گیاهان پرورشی اگر از دانه‌های خوب انتخاب شده، در خاك مناسب کاشته شده و درآب و هوای مناسب پرورش یافته باشند دست کم به‌اندازهٔ گیاهان وحشی مؤثر هستند. روشهای صحیح کشت ممکن است حتی گیاهانی را تولید کند که بطور قابل ملاحظه‌ای مؤثرتر از گیاهان وحشی باشند.

درمورد کشت و نیز گردآوری باید کوشش شود که گیاهانی را که حداکثر فعالیت ممکن را دارند تهیه کرد. این فعالیت به‌عوامل متعددی بستگی دارد که سعی می‌کنیم هنگام توضیح نقش‌شان بر روی پرورش گیاه به‌هنگام کشت، آنها را، نشان دهیم.

اول آن که **نژادهایی که مقدارمواد مؤثرهٔ آنها زیاد است کشت شوند.** مثلا پست‌ترین نژاد رازیانه در شرایط کشت یکسان فقط یك‌سوم مقدار مواد مؤثره عالی‌ترین نژاد رازیانه را دارد. اختلاف درنژادها نه‌تنها از نظر کل محتویات مواد مؤثره است، بلکه بعضی از ترکیبات شیمیایی در مخلوط مواد مؤثره ممکن است دربعضی ازنژادها فراوان باشد اما دربعضی دیگر به مقدار کمی وجود داشته باشد. بدین‌ترتیب است که نژادهای مختلف آویشن وحشی حاوی روغنهای فرار با بوی لیمو، کارواکرول یا تربانتین هستند. بنابراین هنگام کشت تجارتی باید سعی کرد که نژاد مناسبی از بین گونه‌ها کشت داده‌شوند.

گیاهان‌مختلف در **خاکهای** بسیارمتفاوت می‌رویند. بیشتر گیاهان بـه یك خاك خـوب نیازمندند. برخی افراد، کشت گیاهان را در خاکهای نامرغوب توصیه می‌کنند که بطور کلی کار نادرستی است. این کار ممکن است برای تعدادکمی از گونه‌ها مانند پنیرك یا marshmallow صحیح باشد. امـا بازده و کیفیت این گیاهان نیز هنگامی که در خاك‌خوب پرورش می‌یابند بسیار بهتر می‌شود. بنابراین پیش از شروع کشت گیاهان دارویی بایـد نسبت به زمین توجه زیادی شود. مثلا نعناع صحرایی برروی خاکهای مختلف می‌روید. این گیاه در زمینهـای باطلاقی بسیار پرپشت است اما متأسفانـه اسانس‌آن بوی نامطبوع باطلاق را دارد.

کودها برروی‌مقدارمواد مؤثرهٔ گیاه اثر می‌گذارند. تمام گیاهان به‌خاك کوددارمناسب نیازمندند اما برخی‌ازآنها به‌کودهای‌ویژه‌ای نیاز دارند. این‌نکته بخوبی دانسته شده‌است که با استفاده ازکودهای نیتروژنه مقدارمواد مؤثره‌موجود دربلادون‌وتاتوره‌افزایش‌می‌یابد. درمورد گیاهان دیگرمانندگیاهان عطری، تأثیر کودها برروی مواد مؤثره‌گیاه‌کمتر مشخص است وتفسیرآن مشکل‌تر است. بطورکلی از مصرف‌کودهـای بسیار اختصـاصی بایـد خودداری کرد.

آب وهوا نیز عامل مهمی است. نباید تصور شودکـه درآب و هوای‌گـرم همیشه گیاهان غنی ازمواد مؤثره پرورش می‌یابند. ازسوی دیگر درست است که درآب و هوای بسیارسرد معمولا گیاهانی باکیفیت پست‌ایجاد می‌شود. بیشترین مقدار مواد مؤثره معمولا در گیاهانی یافت می‌شودکـه درشرایطی مشابه زیستگاه طبیعیشان کشت می‌شوند. یك استثنای مهم دراین موردگروهی از گیاهان اسانس‌دار است‌که بسیاری ازآنها درمحیط کشت خشك وگرم پربارتر ازمحیط سرد ومرطوب هستند.

این عقیده شایع کـه **گیاهان‌کوهستانی** مؤثرتـر ازگیاهان زمینهـای پست، هستند تا حدودی صحیح است. درطی سالها تحقیقاتی

انجام شده و این نتیجه به دست آمده‌است که هریك از گونه‌های گیاهان دارای یك ارتفاع مطلوب است که در آن ارتفاع حداکثر فعالیت را دارد. برای بسیاری از این گونه‌ها این ارتفاع بین ۸۰۰ تا ۱۳۰۰ متر است. برای برخی دیگر این ارتفاع کمتر است. در ارتفاعات بلندتر حدود ۱۶۰۰ تا ۲۰۰۰ متر حتی در گیاهان دارای منشاء کوهستانی (مانند زیرۀ سیاه و تاج‌الملوك) مقدار مواد مؤثره کاهش می‌یابد. این کاهش مقدار مواد مؤثره ممکن است بین ۲۰ تا ۵۰ درصد مقداری باشد که در ارتفاعات مطلوب برای گیاه دیده می‌شود اگرچه رشد گیاه طبیعی یا گیاه شاداب به‌نظر می‌رسد. این کاهش مقدار مواد مؤثره احتمالا به علت کاهش حرارت کوهستان بویژه در طی شب است. **نور** می‌تواند نقش مهمی داشته باشد. ثابت شده‌است که بلادون گردآوری شده ازمکانهای آفتابی آلکالوئید بیشتری از بلادون‌مکانهای سایه‌دار دارد. بعضی‌ازنعناعیان (مانند balm ، مرزنگوش) اگر در مکانهای کاملا روشن کشت شوند غدد روغنی زیادتر و بنابراین روغنهای فرار بیشتری دارند.

زمان‌گردآوری بطور قابل ملاحظه‌ای برروی مواد مؤثره موجود گیاه اثرمی گذارد باید بدانیم که دانش ما از رابطۀ بین آهنگ رشدیك گیاه و مقدار موادمؤثرۀ موجود درآن هنوز هم کامل‌نیست. دربسیاری ازموارد ثابت شده‌است که دست‌کم در بخشهای سبز گیاهان تشکیل مواد مؤثره به هنگام فعال‌ترین دوران رشدیك‌گیاه بسیار زیاد است. بنابراین نتیجه می‌شود که مقدار این ترکیبات درپایان چنین دورانی (یعنی درآغاز گل دادن) بسیار زیاد است. مواد مؤثرۀ پیش ازمرحلۀ گل‌دادن و در طی‌آن در برگها نیز تجمع پیدا می‌کند. بنابراین گیاهان را باید در زمان مناسب گرد-آوری کرد. ساعات روز نیز تغییرات واقعی را سبب می‌شود. گیاهان آلکالوئیددار نظیر بلادون یا تاتوره صبحها بیشتر ازعصرها دارای موادمؤثره هستند. گیاهان‌را نباید درروزهای بارانی یا هنگامی که هنوز از شبنم پوشیده شده‌اند گردآوری کرد.

محافظت گیاهان تازه معمولا با خشك کردن‌آنها انجام می‌گیرد. پس ازآن می‌توان درسرتاسر سال ازآنها استفاده‌کرد. روشهای خشك‌کردن نیزتأثیر زیادی برروی مقدارمواد مؤثره دارد. روشهای خشك‌کردن گیاهان به محض گردآوری آنان، برای جلوگیری از تغییرات‌احتمالی‌بویژه درمواد مؤثره ازاهمیت اولی برخوردار است.

خشك‌کردن درآب و هوای مرطوب مشکلاتی را به همراه دارد. درآب و هوای گرم وخشك تقریباً تمام‌گیاهان دارویی را می‌توان‌بدون هیچ‌گونه وسیله‌ای درهوا خشك کرد. اما درفصول مرطوب‌کشتکار تجارتی گیاهان دارویی باید ابزارهای ویژه‌ای داشته باشد. مثلا ممکن است او از خشك‌کننده‌های مخصوص خشك‌کردن میوه‌ها وسبزیها استفاده کندکه دراین صورت دمای‌آن باید بدقت تنظیم شود. گیاهان اسانس‌دار باید بین ۲۰ تا ۴۰ درجه سانتیگراد خشك شوند، درحالی که بسیاری ازگیاهان دیگر دمای بین ۱۵ و ۸۰درجۀ سانتیگراد را تحمل‌می‌کنند، اگرچه بطورکلی مواد مؤثره در دمای‌بین ۵۰ تا ۷۰ درجه سانتیگراد بهتر از هر دمایی پایدار می‌مانند.

غالباً گفته می‌شود که خشك‌کردن باید در سایه انجام‌گیرد. این‌موضوع درمورد گیاهانی که حاوی روغنهای فرارند مطمئناً درست‌است زیرا هنگامی که دربرابرآفتاب‌خشك می‌شوند تا ۳۰ درصد این ترکیبات را از دست می-دهند. به نظر نمی‌رسد که گیاهان دیگر چیزی ازمواد مؤثرۀ خود را هنگام خشك شدن در برابرآفتاب از دست بدهند وموارد‌ی شناخته شده‌است که مقدارترکیبات مؤثر با خشك‌شدن دربرابرخورشید افزایش یافته‌است (بلادون، گل انگشتانه). دراین‌موارد‌لازم است که

بافتهای گیاهی را در برابر اشعهٔ خورشید فقط برای مدت زمان لازم قرارداد تا خشك شوند. پس از آن گیاهان را باید درسایه قرارداد تا ازتغییر ظاهر واحتمالا تغییر فعالیت آنها نیز جلوگیری شود.

هر روشی که برای خشك کردن انتخاب می‌شود (سایه، آفتاب، دستگاه خشك کننده) گستراندن گیاهان درلایه‌های نازك بدون‌اینکه قسمتهای مختلف آنها روی هم انباشته شوند حایز اهمیت بسیار است، اگر این احتیاط انجام نگیرد، خشك شدن بشدت کند می‌شود. وممکن است همراه با ازبین‌رفتن مواد مؤثر، تخمیر صورت‌گیرد. برای خشك کردن مقادیر کمی از گیاهان‌درهوا، ازاطاقکهایی که خوب تهویه می‌شوند استفاده می‌شود. برای خشك کردن مقادیر زیادتر گیاهان بهتر است‌که از سینیهای کم عمق که‌کف آنها تورهای سیمی یا گونی است استفاده شود.

پیش ازخشك کردن بهتر است که برگها وگلها را ازسایر اندامهای زاید گیاهی نظیر ساقه که جریان‌خشك کردن را کند می کنند جدا کرد. بنابراین آویزان‌کردن دسته‌های نعناع صحرایی یا سرشاخه‌های بادرنجبویه و سپس جدا کردن‌برگها فقط به هنگامی که تمامی گیاه خشك شده‌است نادرست است. خشك کردن گیاهان به شکل دسته‌بندی شده فقط هنگامی باید انجام شودکه تمام قسمتهای هوایی گیاه مورداستفاده‌است (مانند افسنطین، مرزنگوش، قنطوریون). کشت تجارتی انگور خرس، ارس یا اکلیل کوهی درمقیاس اقتصادی با گردآوری و خشك کردن شاخه‌های برگدار انجام می گیرد. سپس برگها را با تکاندن و الك کردن ازساقه جدا می‌کنند.

دانستن‌مسایل اقتصادی کشت جالب توجه است. کشت گیاهان دارویی بسیار کاربراست واگرکارگران فقط بدین منظور باید به کار بپردازند سود حاصل بسیار کم خواهد بود. ازسوی دیگر اگر کشتکار نیروی کارکمکی دراختیار داشته‌باشد (مانند کودکان، کارگران ساده) می‌تواند به‌سود خوبی‌امید داشته‌باشد. به عنوان مثال می‌توان گفت که کشت گیاهان دارویی سود دهی تقریباً معادل یك زمین زراعتی درنزدیکی شهر خواهد داشت. برای کشت مقادیرزیادتر گیاهان دارویی لازم‌است که خریداران مناسبی مانند عمده فروشان، داروفروشان وغیرآنها را داشت.

گردآوری گیاهان وحشی معمولا سهل‌تر ازکشت آنهاست. اما بازهم لازم است که مالك زمین بود. دراینجا گردآوری گیاهان معمولا توسط کودکان یا کارگران ساده انجام می‌شود. باید نسبت به‌آنچه که پیش ازاین درباره گردآوری وخشك کردن گیاهان گفته شد توجه شود. در زیر قواعد عمومی راکه باید رعایت کرد می‌خوانید:

۱ـ فقط گونه‌هایی را جمع‌آوری کنید که درمنطقه‌فراوانند. گردآوری گیاهان کمیاب انهدام غیرقابل‌توجیه طبیعت است علاوه‌برآن بازده آن‌کم است. به‌گیاهان گردآوری شده همیشه باید با دقت زیاد دست زد.

۲ـ درهربار فقط چندگونه‌گیاه راگرد- آوری‌کنید تا از مخلوط شدن اتفاقی، که گیاهان گردآوری شده را بی‌ارزش می‌سازد، پیشگیری کنید.

۳ـ بسیار دقت‌کنیدکه هیچ گیاه دیگری باگیاه گردآوری شده مخلوط نشود.

۴ـ گیاهان، بویژه برگها، گلها یا تمامی آن‌را هرچه زودترپس‌از گردآوری‌خشك‌کنید. گیاهان معطر را باید تا حدامکان درسایه و در مکانی که‌جریان‌هوا بسیارخوب‌است، خشك کرد. گیاهان را باید در لایه‌های نازك‌گستراند. بهترین روش‌آن است‌که اصلا روی هم قرار نگیرند.

۵ـ ازگرمادادن‌فقط برای گیاهانی باید استفاده شودکه هنگامی که تازه هستند بو ندارند. گیاهان معطر را نباید دربرابرحرارت بیش از ۳۵ درجه سانتیگراد قرار داد. بطور

کلی گیاهان دیگر را ممکن است بین ۵۰ تا ۷۰ درجه‌سانتیگراد خشک کرد اما این حرارت ممکن است حتی برای گیاهانی که ترکیبات معطر ندارند بسیار زیاد باشد. گل انگشتانه‌ای که حداکثر فعالیت را دارد با خشک کردن در دمای ۲۵ درجه سانتیگراد به‌دست می‌آید.

۶ـ ریشه‌های **قطور** را باید همیشه پیش ازخشک کردن ازطول برید.

۷ـ گیاهان خشک‌شده‌را باید بی‌درنگ درظروف کاملا خشک قرار داد. (صندوق، جعبه‌های فلزی، ساك). آنها را باید با دقت جابجا کرد وگرنه بآسانی خرد می‌شوند.

۸ـ گیاهان‌اسانس‌دار رانباید درساکها یا جعبه‌های پلاستیکی نگهداری کرد زیرا پلاستیك، اسانسهای گیاهی را جذب می کنند که‌پس‌ازآن ازسطح خارجی آن تبخیرمی‌شود.

نامهای عامیانه گیاهان دارویی

برای مشخص کـردن گیاهـان دارویی و اندامهای آنهـا، گیاه شناسان، داروسازان و پزشکان از نامهـای دوتایی لاتین استفـاده می کنند. بدین‌سان گیاهی که تخم کتان می‌دهد Linum usitatissimum نامیده می‌شود. دانه‌های آن نیز Semen Lini نامیده می‌شود. این نامها برای دانشمندان همهٔ کشورها کاملا روشن است. این نامها یا توسط کنگره‌های گیاه شناسی بین‌المللی (نامهای گیاهان) یا توسط فارماکوپه‌ها (فارماکوپـه انگلستان، سوییس وغیرآنها) که انتشارات رسمی‌هستند (نامهای داروها) وضع‌شده‌اند. حرف L پس از Linum usitatissimum حـرف اول نام لینه گیاه‌شناس سوئدی است که این نام‌را برای گیاه انتخاب کرده و آن را دقیقاً توصیف کرده است.

فرد عادی در زبان روزمره معمولا گیاهان دارویی واجزای دارویی‌حاصل ازآنها (گل، بـرگ، پوست، ریشه وغیره) را با نامهـای عامیانـه، بدون هیچ گونـه مبنای علمی یا استناد قانونی، توصیف می کند. واین نامهـا ازیك منطقه تا منطقهٔ‌دیگر یك کشورتفاوتهای عمـده‌ای با هم دارند. بین کشورهایی کـه زبانهای مختلفی دارند نیزگاهی بین نامهای عامیانـه رابـطـه‌ای وجـود دارد. مانند کیسهٔ کشیش کـه بـه انگلیسی بـه آن Shepherd's Purse و در زبان فـرانسه Bourse a pasteur می‌گویند یا دم اسب که به انگلیسی به‌آن horsetail وبه‌فرانسه به آن queue de cheual می‌گویند همـه به یك معناست، با این‌حال معمولا بین‌نامهای عامیانه انگلیسی وسایر زبانها رابطهٔ نزدیکی وجود نـدارد. مترجم انگلیسی کتاب کوشش نکرده است که نامهـای عامیانـه سوییسی را ارائه دهد اما نامهای عامیانه‌ای را که معمولا درانگلستان به‌کار می‌رود ونیز نامهای معمولی داروهایی را که در داروشناسی‌خانگی به‌کار می‌رود آورده است.

تعداد محدودی‌ازاین‌نامها که درانگلستان زیاد به‌کار می‌رونـد انتخاب شده‌اند زیـرا بسیاری از نامهـای عامیانـه فقط از لحاظ تاریخی اهمیت دارنـد مـانند کیسه‌کشیش Shepherd s'purse = Shepherd's sprout ،Mother's heart، pickpurse ،permacoty، toywort وغیره.

زمان گردآوری گیاهان داروئی

ماههای تعیین‌شده برای گردآوری گیاهان داروئی در شرایط اقلیمی مرکـزی و جنوبی انگلستان است. درمناطق شمالی بریتانیا و نواحی کوهستانی گردآوری باید چندین هفته به‌تأخیر افتد. برای تکمیل این فهرست، تعدادی ازگیاهانی‌که در بریتانیـا می‌رویند به‌آن افـزوده شده است.

January
Mistletoe

February
Coltsfoot (flower)
Couchgrass (root)
Mistletoe

March
Bearberry (leaf)
Burnet Saxifrage (root)
Coltsfoot (flower)
Couchgrass (root)
Cowslip (root)
Elecampane (root)
Nettle (root)
Tormentilla (root)
Violet (flower)
Willow (bark)

April
Bearberry (leaf)
Buckbean (leaf)
Burdock (root)
Burnet Saxifrage (root)
Celandine
Coltsfoot (flower)
Cowslip (flower)
Cowslip (root)
Dandelion (root)
Dwarf Elder (root)
Elecampane (root)
Hawthorn (leaf)
Iceland Moss
Lungwort
Nettle (leaf)
Pine (shoots)
Plantain (leaf)
Pulsatilla
Shepherd's Purse
Tormentilla (root)
Violet (flower)
White Deadnettle
Willow (bark)

May
Alder Buckthorn (bark)
Avens
Bearberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Buckthorn (leaf)
Celandine
Cowslip (flower)
Hawthorn (flower)
Horse Chestnut (bark)
Iceland Moss
Lily-of-the-Valley
Lungwort
Nettle (leaf)
Oak (bark)
Plantain (leaf)
Sanicle
Shepherd's Purse
White Deadnettle
Peppermint
Plantain
Rue
Rupturewort
Sage
St John's Wort
Sanicle
Shepherd's Purse
Spearmint
Walnut (leaf)
White Deadnettle
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

June
Alder Buckthorn (bark)
Alpine Lady's Mantle
Alpine Plantain
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Borage
Buckbean (leaf)
Centaury
Coltsfoot (leaf)
Elder (flower)
Foxglove (leaf)
Golden Potentilla
Hawthorn (flower)
Heartsease
Henbane
Holy Thistle
Horehound
Horsetail
Hyssop
Iceland Moss
Ladies' Fingers
Lady's Mantle
Life Everlasting
Lime (flower)
Lungwort
Mallow (flower)
Meadowsweet
Mullein
Nettle (leaf)

July
Agrimony
Alpine Lady's Mantle
Alpine Mugwort
Alpine Plantain
Aniseed
Arnica (flower)
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry (leaf)
Birch (leaf)
Blackberry (leaf)
Black Bryony
Borage
Butterbur
Caraway
Centaury
Clubmoss
Coltsfoot (leaf)
Cowberry
Dog-Rose
Elder (flower)
Eyebright
Foxglove (leaf)
Golden Monard
Golden Potentilla
Golden Rod
Hawthorn
Heartsease
Henbane
Holy Thistle
Horehound
Horsetail

Hyssop
Iceland Moss
Kidney Bean
Knotgrass
Ladies Fingers
Lady's Bedstraw
Lady's Mantle
Lavender
Life Everlasting
Lime
Mallow
Marjoram
Marshmallow
Meadowsweet
Melilot
Mullein
Nettle (leaf)
Peppermint
Plantain
Rose
Rupturewort
Sage
St John's Wort
Spearmint
Speedwell
Stramonium •
Sundew
Tansy
Walnut
White Deadnettle
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

August
Agrimony
Alpine Lady's Mantle
Alpine Mugwort
Aniseed
Arnica
Avens
Balm
Belladonna (leaf)
Bilberry
Bistort
Blackberry (leaf)
Black Bryony
Borage
Burnet Saxifrage
Butterbur
Caraway
Centaury
Clubmoss
Coltsfoot
Cowberry (leaf)
Dog-Rose (hips)
Dwarf Elder
Eyebright
Fenugreek
Foxglove (leaf)
Golden Monard
Golden Potentilla
Golden Rod
Heartsease
Henbane
Hollyhock
Holy Thistle
Horehound
Horsetail
Hyssop
Iceland Moss
Juniper (fruit)
Kidney Bean
Knotgrass
Ladies' Fingers
Lady's Bedstraw
Lady's Mantle
Life Everlasting
Mallow
Marigold
Marjoram
Marshmallow
Meadowsweet
Mullein
Nettle (leaf)
Peppermint
Plantain
Rue
Rupturewort
St John's Wort
Spearmint
Speedwell
Stramonium
Sundew
Tansy
Tormentilla
Wild Chamomile
Wild Thyme
Wormwood
Yarrow

September
Alpine Lady's Mantle
Avens
Balm
Belladonna (root)
Bistort
Black Bryony
BurnetSaxifrage (root)
Butterbur
Comfrey
Couchgrass
Dog-Rose (hips)
Dwarf Elder (root)
Elder
Elecampane
Fennel
Fenugreek
Gentian (root)
Golden Rod
Hawthorn (fruit)
Holy Thistle
Horse Chestnut (seed)
Iceland Moss
Juniper (fruit)
Kidney Bean (pod)
Lady's Mantle
Lycopodium (powder)
Male Fern
Marigold
Marshmallow (root)
Melilot
Monkshood (root)
Mullein
Parsley
Peppermint
Polypody Root
Restharrow
Rupturewort
Soapwort (root)
Spearmint
Stramonium (leaf)
Tansy
Tormentilla
Valerian
White Bryony
White Hellebore

October
Angelica (root)
Avens
Buckthorn (fruit)
Burdock
Burnet Saxifrage (root)
Comfrey
Couchgrass
Dandelion (root)
Dwarf Elder (root)
Elder (fruit)
Elecampane
Fennel
Hawthorn (fruit)
Juniper (fruit)
Kidney Bean (pod)
Liquorice (root)
Lovage
Marshmallow (root)
Monkshood (root)
Nettle (root)
Parsley (fruit)
Quince (seed)
Restharrow (root)
Soapwort (root)
Stramonium (seed)
Tormentilla (root)
Valerian (root)
White Bryony
White Hellebore (root)

November
Burdock (root)
Burnet Saxifrage (root)
Comfrey (root)
Couchgrass (root)
Dandelion (root)
Hawthorn (fruit)
Juniper (fruit)
Quince (seed)
Restharrow (root)
Tormentilla (root)
Valerian (root)

December
Mistletoe

Ergot of Rye

ارگو

(*Claviceps purpurea* Tulasne, Ascomycetes), Rye ergot, Secale Cornutum.

شرح : ارگو شکل پاییزه یك قارچ انگلی است که برروی گندم سیاه (چاودار) وبندرت غلات دیگر یا گیاهان تیرهٔ گندم یافت می‌شود. گل آلوده چاودار تودهٔ سیاهی شبیه دانـهٔ ذرت در یك تخمـدان ازبین رفته ایجاد می‌کند. این دانه‌ها ۴ـ۱ سانتیمتر درازا دارند، کم وبیش استوانه‌ای شکل بوده،اغلب شکافدار وبه رنگ سیاه مایل به ارغوانی (بندرت قهوه‌ای مایل به‌خاکستری) هستند. غالباً درخوشه‌های خشك چاودار به سر می‌برد.

زیستگاه وگردآوری : زنگ چاودار درمحلهایی که چاودار کشت می‌شود بویژه در مناطقی که کنترلی روی دانـه‌ها نیست یافت می‌شود. این قارچ در سالهای مرطوب بیشتر ازسالهای خشك ایجاد شده، و غالباًدرکنارهٔ مزارع چاودار دیده می‌شود. گـردآوری آن هنـگام برداشت خوشه‌های رسیده و دانه‌های جـدا شده‌است. درحـرارت ۴۵ـ۳۰ درجـه سانتیگراد خشك می‌شود. کشت آن ازطریق پاشیدن مصنوعی سوسپانسیون آبکی اسپورهای ارگو درخوشه بسته چاودار انجام می‌گیرد. اگرچه درعمل مزارع مجاور آن آلوده نمی‌شود اما بهتر است درمناطقی که نوع دیگرچاودار نمی‌روید آن را کشت داد.



ترکیبات واثر : ترکیبات فعال وقوی آن (آلکالوییدهـا و آمینها) با مقادیـر دارویی معمولی عروق خونی را منقبض کرده وبنابراین بـه عنوان یك بندآورنده خون عمل می‌کند. سبب انقباضهای رحم می‌شود. با مقادیر زیاد، ارگو بسیار سمی است بطوری کـه می‌تواند سبب گانگرن انـدامهای انتهـایی، دردهای شدیـد، هذیان ومرگ شود. در قرون گذشته آلودگی اتفاقی آرد نانواها با ارگو همه‌گیریهای شدیدی ایجاد می‌کرد.

موارد مصرف : به خاطـر اثر قوی آن زنگ چـاودار (ارگو) باید تنهـا به وسیلهٔ پزشك تجویزشود. مصرف اصلی آن درمامایی ونورولوژی است.

Iceland Moss

خزه ایسلندی

(*Cetraria islandica* (L.) Acharius, Parmeliaceae), Iceland Lichen.



شرح: خزه‌ایسلندی‌ازنظر گیاه‌شناسی خزه نبوده بلکه‌یك گلسنگ‌است. گیاه کوتاه‌وکوچکی است به ارتفاع ۳–۱۲ سانتیمتر جوانه‌های آن شبیه شاخ‌گوزن نر شاخه شاخه است و پهنای آن ۳–۱۲ میلیمتر، چروکیده و اغلب پیچدار یا شیاردار است. سطح بالایی آن به رنگ سبز زیتونی تا سبز مایل به قهوه‌ای (در گیاه خشك وپژمرده قهوه‌ای مایل به‌قرمز) ولی سطح پایینی کمرنگ‌تر با خالهای سفید است. هرنهال به‌صورت گرد با برجستگیهای کوچك خیلی کم است و بندرت فلسهای گرد قهوه‌ای دارد. مزهٔ آن تلخ وموسیلاژی است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در جنگلهای کوهستانی، بویژه جنگلهای کاج و نیز به‌مقدار فراوان برروی خاکهای اسیدی بالای مناطق جنگلی یافت می‌شود. در سرتاسر سال گرد-آوری‌شده و درسایه یا آفتاب خشك می‌شود، ولی نباید به مدت طولانی درمعرض نور قرارگیرد.

ترکیبات واثر: ۱– تا ۷۰ درصد موسیلاژی است که به عنوان یك مرهم (demulcent) عمل می‌کند. یك کربوهیدرات است که به‌آسانی هضم می‌شود.

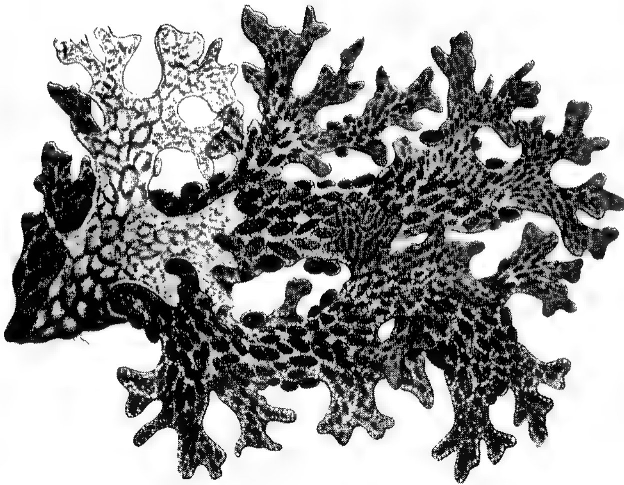
۲– مواد تلخ اسیدی‌که ترشح معده را تحریك‌کرده واشتها را افزایش می‌دهد. مقادیر زیادآن ممکن‌است باعث‌سنکوب شود. اثر تقویتی آن در درمان سل ریوی به خاطر تأثیر براشتها است. خاصیت آنتی‌بیوتیکی ملایم دارد.

مصرف: به شکل تیزان (یك مشت از گلسنگ خرد شده را درنیم تا یك لیتر آب بجوشانید و صبرکنید تا خنك شود) برای درمان‌التهاب غشاهای مخاطی دستگاه تنفسی به‌کار می‌رود. بندرت به عنوان یك ماده تلخ درموارد فقدان اشتها یا برای درمان اسهال مصرف می‌شود.

Lungwort

شش گیاه

(*Lobaria pulmonacea,* Stictaceae), Lung Moss, Oak Lungs.



شرح: یك گلسنگ است. گیاه کوچکی است به طول تقریبی ۱۵-۵ سانتیمتر که به‌شکل توده‌های پهن‌منظم‌شده است که ازاین نظراین گیاه باخزهٔ ایسلندی که بطورعمودی رشد می‌کند تفاوت می‌کند. شاخه شاخه‌تر ازخزهٔ ایسلندی‌است و گوشه‌هایی پهن‌تر از آن دارد. سطح بالایی‌آن سبز تا زیتونی‌مایل به‌قهوه‌ای است که فرورفتگیهای مقعررا مشخص می کند. خطوطی که این حفرات‌را جدا می کند اغلب دارای لکه‌های سفیدرنگ است. سطح‌پایینی آن محدب بوده وقهوه‌ای روشن تا قهوه‌ای تیره است. کرکهای‌قابل لمس آن اغلب بین قسمتهای‌محدب‌قراردارد.طعم‌آن‌کمی تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: درمناطق معتدل در محلهای مرطوب همراه با درخت زبان گنجشك ولی نه به مقدار زیاد می‌روید. سرتاسرسال‌گردآوری‌شده‌ودرسایه‌خشك‌می‌شود.

ترکیبات واثر: ۱ـ مواد تلخ اسیدی آن ترشح غدد بزاقی، معدی و روده‌ای را تحریك‌کرده، اشتها را زیاد و بیمار را تقویت می کند. همانگونه‌که درمورد خزه ایسلندی نیز ذکر شد اثر تقویتی این‌گیاه نیز در درمان سل ریوی تنها به خاطر تأثیر براشتها است.

۲ـ مقدار کمی موسیلاژ.

۳ـ اثر آنتی بیوتیکی مختصر.

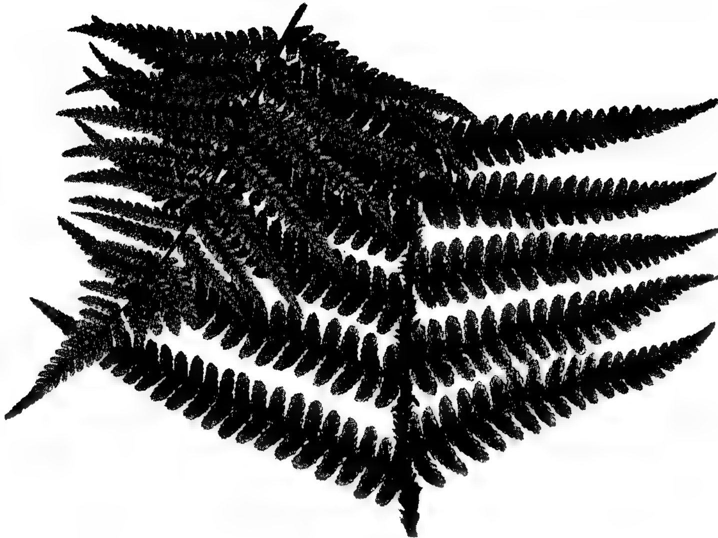
مصرف: به‌صورت‌تیزان (یك‌مشت‌گلسنگ را با یك‌لیترآب جوشانده وصبرکنیدتا خنك شود) برای درمان التهاب غشاهای مخاطی برونشها وسل ریوی به کار می‌رود. بنادرست برای درمان ناراحتیهای دیگرنظیر رماتیسم و هیستری مصرف می‌شود.

توجه: Lungwort همچنین نام گونه‌های Pulmonaria از تیرهٔ Boragina ceae با خواص دارویی مشابه است (صفحه ۱۲۲ را ببینید).

Male Fern

سرخس نر

(*Dryopteris filix-mas* (L.) Schott, Polypodiaceae), Male Shield Fern.



شرح: دارای ریزومهای قهوه‌ای مایل به سیاه‌است که باقاعده برگهای سال‌قبل پوشانده شده ومجموعاً استوانه‌ای به طول ۵۰–۲۰ سانتیمتر وگاهی به قطر یك بازو تشکیل می‌دهد. برگهای آن به طول ۱۴۰ سانتیمتر بطور مارپیچ روی ساقهٔ تنومندی قرار گرفته که سطح پایینی آن مودار است. محور اصلی آن دارای برگچه‌های‌متناوب است وبرگچه‌های جوانتردر رأس قرار دارد. برگچه‌های آن منقسم بوده قسمتهای کوچکتر گرد است ولی تیز نیست، (تفاوت با سایر سرخسهای ظاهراً مشابه دیگر ولی از نظر دارویی بی اثر است). درتابستان وپائیزاین برگچه‌ها برروی سطح پایینی خود توده‌های هاگدار دارد. درابتدا سفید مایل به سبز و سپس قهوه‌ای است. طعم ریزوم آن ابتدا متمایل به شیرین وسپس تلخ وتهوع‌آور است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك و باقی‌ماندهٔ قاعدهٔ برگها.

زیستگاه وگردآوری: به‌وفور دربریتانیا واروپا می‌روید وبیشتر به‌خاطرمصرف‌دارویی آن وارد می‌شود. درپاییز گردآوری می‌شود.

ایران: در نواحی شمالی ایران، بین لنگرود وقزوین وآذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی مواد فعالی (اسیدفیلیسیك وغیره) مؤثر برکرمهای نواری است، علاوه براین دارای مقادیرکم‌اسانسهای فرار، روغنهای ثابت وتانن‌است. مقادیر زیاد آن‌برای انسان سمی بوده وممکن است سبب کوری شود.

مصرف: معمولا به‌صورت عصاره مصرف می‌شود. چون‌برای‌ازبین بردن کرمهای‌نواری مقادیر زیادسرخس‌نر باید مصرف‌شودبنا براین مصرف‌آن بدون نظارت‌پزشك خطرناك است. گاهگاهی جوشانده خرد شده ریزوم‌آن برای شستشوی‌زخمهایی‌که‌دیرالتیام‌می‌یابدبه کارمی‌رود.

Polypody Root

ریشه بسفایج

(*Polypodium vulgare* L., Polypodiaceae), Brake Root, Common Polypody, Oak Fern, Rock Polypody.



شرح: این گیاه دارای ریزومهای خزنده به‌ضخامت ۱۰–۵ میلیمتر و کمی‌مسطح‌است. باقیمانده قاعده برگهای روی آن به شکل دندانهای کوچك است. برگهای سادهٔ پرمانند آن با بخشهای نیرومند نیزه‌ای که یك درمیان ومقابل یکدیگر قرار گرفته است. سطح پایینی دارای رگه‌های میانی و برجسته است که در امتداد آنها دو ردیف هاگینه به رنگ نارنجی تا قهوه‌ای وجود دارد. طعم ریزومهای آن شیرین است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك

زیستگاه وگردآوری: درسرتاسر اروپا پراکنده است. دربریتانیا درمناطق حفاظ‌دار روی‌دیوارهای‌قدیمی، تنهٔ درختان، صخره‌های مرطوب وغیره می‌روید. در پاییز گردآوری می‌شود (همیشه نوك در حال رشد ریزوم را دوباره می‌کارند) و درسایه یاآفتاب خشك می‌کنند.

ایران: در نواحی شمالی ایران، آذربایجان، بندرگز، مازندران وجنوب رشت می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای‌قند، رزین ومادهٔ گلیکوزیدی است به نام پلی‌پودین‌که ترشح صفرا را تحریك می‌کند. همچنین در التهاب غشاهای مخاطی برونشها به عنوان خلط‌آور عمل می‌کند. ترشحات صفراوی را افزایش داده و اثرمسهلی ملایمی دارد.

مصرف: به‌شکل‌تیزان (یك‌قاشق‌غذاخوری ازریزوم کاملا خردشده آن را با نیم لیترآب ۵ دقیقه بجوشانید وصبر کنید تا سرد شود) برای درمان التهاب غشاهای مخاطی برونشها ویبوست ملایم مصرف می‌شود. گرد ریزوم آن را می‌توان روزی ۲–۴ بار هربار ۲ گرم مصرف کرد.

Horsetail

دم اسب

(*Equisetum arvense* L., Equisetaceae), Bottlebrush, Dutch Rushes.

قسمت مورد استفاده: جوانه‌های سبز نازا وخشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در سراسر اروپا ودر بریتانیا به‌حد وفور درزمینهای مرطوب مزارع ومحلهای بایرمی‌روید. بهتر است در اواخر تابستان گردآوری شود.

ایران: درنواحی شمالی مانند گرگان، بندرگز، سواحل مرداب خزر، آذربایجان و تبریز می‌روید.

ترکیبات: ترکیبات این گیاه کاملا شناخته نشده است ولی ساپونین، اسید سیلیسیك که درآب کمی محلول است ومقدارکمی آلکالوئید درآن پیدا شده است.

اثر: ۱ـ مدر (تنها درموارد بیماری).
۲ـ بندآورنده خون برای خونریزیهای داخلی (مورد تردید است)
۳ـ ریه‌ها را تقویت می کنند (اثراسید اسید سیلیسیك ،ولی‌هنوزقطعی نیست).
۴ـ ایجادبافت‌فیبروزی درمحل‌زخمهایی که آهسته التیام می‌یابد.

مصرف: به‌صورت‌تیزان (۲ـ۱ مشت در یك لیتر) برای خیز، نارسایی دفع ادرار و به‌عنوان یك عامل تقویت کننده در سل‌ریوی (فقط برای تقویت درمان) مصرف می‌شود. از طریق خارجی بشکل مالیدنی برای درمان زخمهایی که دیرالتیام می‌یابد مقادیر زیادآن (۶۰ـ۴۰ گرم) باید برای خونریزیهای معده بکاررود عصارهٔ به‌دست آمده ازگیاه تازهٔآن نیزاثرمشابهی دارد.



شرح: ریزوم نازك این گیاه‌درفصل بهاریك جوانه‌حاصلخیزقهوه‌ای‌مایل به‌خاکستری‌با نوك انتهایی اسپردار ایجاد می کند. جوانه‌های سبز ایجاد شده نازا بوده و۳۰ـ۲۰ سانتیمتر طول دارد رأس آن گرد وغیر منشعب است ودرهرگره آن چترهایی از شاخه‌های جانبی باریك ومنقسم‌دارد.قسمت‌پایین‌ترآن‌درازتراز نیام‌غشایی‌است که‌ساقه‌رادرگره،جایی که‌شاخه شاخه شدن ایجاد می‌شود،احاطه کرده است (تفاوت باسایرگونه‌های Equisetum).

Clubmoss

پنجهٔ گرگ

(*Lycopodium clavatum* L., and allied species, Lycopodiaceae), Vegetable Sulphur, Wolf's Claw.

شرح: گیاهی است خزنده، پرشاخه که گاهی به‌شکل فرش درمی‌آید. شاخه‌های آن عمودی و تا ۱۵ سانتیمتر درازا دارد و به‌طور متراکم با برگهای کوچک و بلند که در انتها به‌صورت یك مو است پوشیده می‌شود. در انتهای بیشتر شاخه‌ها توده‌های استوانه‌ای هاگدانهای زردی است که داخل آنها هاگهای کوچك و متعددی وجود دارد. این هاگها در ماههای تیر و مرداد می‌رسند.

قسمت مورد استفاده: به‌طور عمده از هاگ و بندرت از تمام گیاه خشك شده استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: در اروپای مرکزی و شمالی برروی زمینهای باتلاقی، مراتع و زمینهای بایرو در بریتانیا بیشتر در شمال یا جنوب می‌روید، برای به‌دست آوردن هاگهای آن هاگدانها را مدتی کوتاه قبل از رسیدن جمع آوری کرده و برروی صفحات کاغذ خشك می‌کنند وسپس برای جدا کردن هاگها آن‌را الك می‌کنند.

ترکیبات و اثر: هاگهای آن حدود ۵۰ درصد روغن جامد و احتمالاً مقادیر کمی از ترکیبات فعال تردیگر دارد. ازطریق خارجی تحریك پوست را برطرف کرده ومصرف داخلی آن دردهای ناشی از التهاب مثانه را تسکین می‌دهد (مورد تردید است). آلکالوئیدهای خود گیاه کمی مدر و اثر تسکین‌دهنده برروی التهاب مثانه دارد. بامقادیر زیاد برای سیستم اعصاب مرکزی سمی است.

مصرف: هاگهای این گیاه بـه‌طور عمده به‌صورت گرد پاشیدنی بـرای از بین بردن تحریکات پوست، بویژه در کودکان بـه‌خاطـر اثـر تسکین دهنده آن بکار مـی‌رود. بـه شکل خوراکی آن را با ۹ قسمت شکر مخلوط کرده و به‌عنوان مسکن برای التهاب مثانـه مصرف می‌کنند (یك نوك چاقو از این مخلوط سه بـار در روز با کمی تیزان انگور خرس). این گیاه به‌شکل خوراکی به‌صورت دم کرده (یك قاشق مرباخوری آن‌را در نیم لیتر آب سرد می‌جوشانند) در درمان التهاب مثانه و التهاب لگنچه کلیوی مصرف می‌شود. ظاهراً اثر آن برروی مثانه و کلیه‌ها ناپایدار است.

Pine

کاج جنگلی

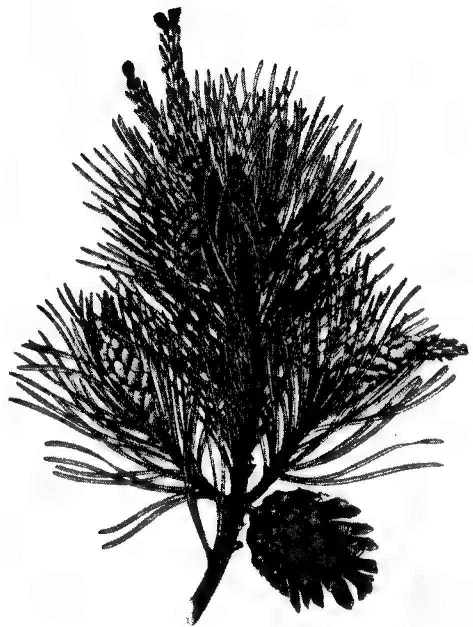
(***Pinus sylvestris*** L., Pinaceae), Scotch Pine, Norway Pine.

زیستگاه‌وگردآوری: بـه‌طوروسیعی در مناطق گرم وخشك اروپای مرکزی وشمالی برروی‌خاکهای شنی‌وخارایی پراکنده است. بومی ارتفاعات کـوهستانی اسکاتلند است. در بریتانیا کاشته می‌شود وبـومی آنجاست. جوانه‌هـای آن‌را قبل از بازشدن (فروردین) جمع آوری کرده ودرسایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه بومی ایران نیست ولی دربعضی باغها وجود دارد و واریته‌های آن برای جنگل‌کاری به ایـران واردشده است.

ترکیبات‌واثر: حاوی‌رزین و اسانسهای فراراست‌که هردو به‌عنوان یك خلط‌آور در از بین‌بردن التهاب مخاط برونشها ویك مدر ملایم عمل می‌کنند. در لوسیونها نیز بـرای کمك به‌التیام زخم به‌کار می‌رود.

مصرف: بـه صورت تیزان (در آب سرد خیسانیده، ۲ــ۱ دقیقه می‌جوشانندومی گذارند بماند) برای‌رفع التهاب مخـاط برونشها و ازطریق‌استنشاقی برای‌تسکین سرماخوردگی مصرف‌می‌شود. به‌صورت لوسیون (یك مشت در۲ لیترآب وجوشاندن آن) برای زخمهایی کـه دیرالتیام مـی‌یابد ونیز رماتیسم مصرف می‌شود.



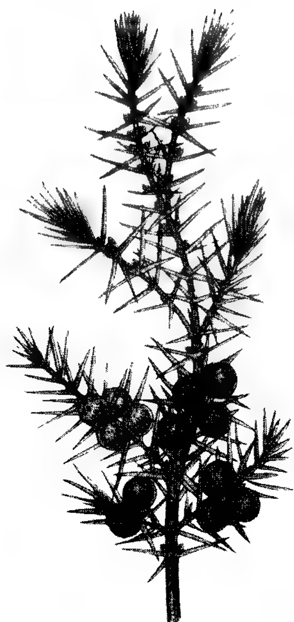
شرح: ارتـفـاع ایـن درخت مـمکن است به ۴۰ متربرسد، پـوست آن درقسمتهای بالا قهوه‌ای مایل به‌قرمز است. سوزنهای۶ــ۴ سانتیمترطول دارد و به‌صورت زوج با سطح خارجی سبز وسطح داخلی آبی مایل به‌سبز است. دارای مخروطهای کوتـاه وپولکهای سفت است. مزهٔ جوانه‌های آن رزینی وکمی تلخ است.

قسمت مورداستفاده: جوانـه‌های بهارهٔ تازه‌رس وخشك شده.

Juniper

ارس، سرو کوهی

(*Juniperus communis* L., Cupressaceae), Juniper Berries.



شرح: درختچه یادرختانی تاارتفاع ۱۲ مترمعمولا به‌صورت درختچه دربریتانیا وجود دارد. برگهای سوزنی شکـل آن تیز وسفت به‌طول یك‌سانتیمتر وبه‌شکل فراهم‌دردسته‌های سه یابندرت چهارتایی است. گلهای آن زرد مایل به‌سبز بوده ونرومادههٔا برروی پایه‌های جداگانه قـرار دارد. میوهٔ آن فقط در سال سوم پس ازگل‌دادن رسیده وبه‌صورت حبه‌ای به قطر ۱۰ـ۶ میلی‌متر وبه‌رنگ آبی تاسیاه است ویك‌شکاف ستاره‌ای درنوك وسه‌دانه‌سخت دارد. مزه ایـن حبه‌ها رزینی و تقریباً شیرین است.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ‌خشك،دربعضی مواقع چوب وجوانه‌های برگ مانند.

زیستگاه‌وگردآوری: بـرروی زمینهـای باطلاقی، خلنگ‌زارها و شیبهای خشك مناطق کوهستانی اروپا می‌روید، در بریتانیا بیشتر درشمال می‌روید تـاجنوب. حبه‌های آن را با تکان‌دادن شاخه‌ها روی پارچه جمع‌آوری کرده‌ودرمکانهای‌کاملاتهویه شده‌خشك‌می کنند.

ایران: این گیاه درنواحی شمال ایران، آذربایجان وجنگل‌قره‌داغ می‌روید.درنواحی شمال ایران‌به‌این‌گیاه پیرووارز گفته‌می‌شود.

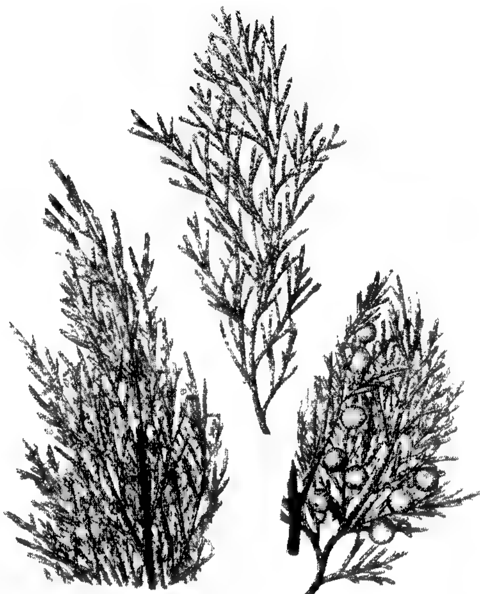
ترکیبات‌واثر: دارای‌اسانس فراراست. مدر بوده وتـرشح شیره‌های معده را تحریك می کنند. مالش‌آن‌به‌همراه‌روغن‌برروی پوست سبب تحریك موضعی می‌شود. دانه‌هـای آن ازچوب‌یاجوانه آن فعال‌تراست.

مصرف: حبه‌های له‌شده، شاخه‌ها یاقطعات خرد شده چوب آن به‌صورت تیزان (نبایدآن را جوشاند) مدربوده ودر ناراحتیهای کلیه، مثانه وخیزعمومی (dropsy) ودرمان‌رماتیسم مصرف‌می‌شود. همچنین اشتهارا زیادکرده و یك تصفیه کننده (depurative) است، حبه‌های‌آن را می‌جوند (روزی ۶ـ۳ عدد) عرق سروکوهی (۲۰ـ۱۰ قطره روی یك حبه قند یادرآب) وعصارهٔ حبه‌های آن اثر یکسانـی دارد. تیزان آن همچنین به‌شکل لـوسیون و کمپرس برای زخمهایی که دیرالتیام می یابد مصرف می‌شود. از عـرق این گیاه بصورت لینیمان برای درمان رماتیسم استفاده می‌شود.

Savin

ابهل، ریس

(*Juniperus sabina* L., Cupressaceae), Savin Tops.



شرح: درختچه‌ای کوتاه به قطر چند متر است. شاخه‌های جوان آن دارای برگهای سوزنی‌شکل است برگهای شاخه‌های قدیمی‌تر، فلس مانند و به‌ساقه چسبیده‌اند ودارو عمدتا از این شکل به‌دست می‌آید. گلها نامشخص وزرد مایل به‌سبز ومیوه‌های رسیده آن به‌صورت حبه‌های آبی رنگ است. بوی آن بویژه درروزهای گرم نامطبوع ونافذ ومزه آن تلخ است.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های جوان پربرگ.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه بومی مناطق آفتابی وصخره‌ای در کوهستانهای اروپای جنوبی است وددر بریتانیا نیزاغلب می‌روید. در تابستان یاپاییز جمع‌آوری شده ودرسایه خشک می‌شود.

ایران: این گیاه‌درجنگلهای نواحی شمالی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس موجود درگیاه با مقادیرزیاد سمی است وبامقادیرکم نیزاین دارو خطرناك است زیراباعث احتقان شکمی وتحریك کلیه‌ها ومثانه می‌شود. با مقادیر سبب انقباض عضلات غیرارادی وتوهم (hallucination) شده وممکن است باعث مرگ شود.

مصرف: بندرت در طب انسانی مصرف‌می‌شود. دم کرده آن(یك‌قاشق‌چایخوری در نیم لیترآب) گاهگاه دراختلالات قاعدگی مصرف می‌شود ولی به خاطر اثر سمی آن چنین درمانی توصیه نمی‌شود. در استعمال خارجی له‌شده گیاه تازه یاخشك را برای ازبین بردن زگیل به‌کار می‌برند. این گیاه تاحدوسیعی در دامپزشکی درمحلولها و گردهای تقویتی وغیره مصرف دارد.

Couchgrass

مرغ ،بیدگاه

(*Agropyron repens* (L.) Beauv., Gramineae), Quick-grass, Twitch-grass.



شرح: گیاه علفی پایا وفراوانی است که دارای ریزومهای سفیدمایل به‌زرد به‌قطر ۳ــ۱ میلیمتر بادسته‌های باریك ریشه‌چه‌های کوچك است. ساقــه‌آن همیشه عمودی ومعمولاً بدون کرك است. رنگ برگها سبزروشن یامایــل به‌کبود وبه‌ندرت پهن‌تر از۱۵ میلی‌متر است. گلهاومیوه‌ها بر روی یك‌محور زیگزاگ‌شکافدار ودرداخل یك‌غلاف‌مسطح‌وشل‌محصوررشده‌است طعم ریزوم آن کمی شیرین است.

قسمت‌مورد استفاده: ریزوم خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: در سراسراروپــا و بوفور در بریتانیامی روید. درصحراهاومرغزارها ریشه کن کردن آن مشکل است دربهار (به هنگام کار درمزارع) یاپاییزجمع‌آوری شده وپس‌ازشستشوی‌دقیق ریزومها درسایه‌خشکانده می‌شود.

ایران: درغالب‌نقاط‌ایران ازجمله‌نواحی البرز،کرج، نواحی‌شمالی‌آذربایجان،حوالی تبریز، شرق ایران ، خراسان و تفرش می‌روید.

ترکیبات‌واثر: تری تیسین (Triticin)، یك کربوهیدرات شبیه نشاسته، املاح پتاسیم، مقدارکمی اسانس با خواص آنتی بیوتیکی واحتمالاً یك ساپونین ازترکیبات آن است. اثرآن کاملا شناخته شده نیست. به‌عنوان مدر و ضد عفونی کنندهٔ ادراری مصرف می‌شود.

مصرف: اساساً به‌شکل‌جوشاندهٔ ریزومهای خردشده (یــك لیترآب سرد را روی ۲ــ۱ قاشق غذاخوری ریزوم خرد شده ریخته وده دقیقه می‌جوشانند وصبر می‌کنند تانیم ساعت دم بکشد. گاهی اوقات‌جوشانده را تبخیر می‌کنند تابه‌نصف حجم اولیه برسد اما این‌کار بعضی ازتــرکیبات فعال را از بین می‌برد). برای‌درمان‌التهاب‌کلیه ومثانه، بثورات پوستی ونارا حتیهای‌رماتیسمی مصرف می‌شود.

اکسیر ترکی

Calamus

(*Acorus calamus* L., Araceae), Sweet Flag, Sweet Sedge



شرح: گیاه تنومند و پایایی است که ریزومهای آن منشعب و به‌ضخامت ۳ سانتی‌متر وطول چندسیمتراست. درسطح پایین ریشه‌چه‌های متعدد و برروی سطح بالایی برگهای شمشیری شکل به‌طول یك‌متر و به‌پهنای ۱۵ میلی متر دارد. دارای گل آذین استوانه‌ای شکل به طول ۸ـ۴ سانتیمتر با گلهای بسیار کوچك و نامشخص مایل به‌سبز و به‌صورت مارپیچی قراردارند. دربالای گل آذین، محور به‌یك نقطه پر برگ منتهی می‌شود. درماههای خرداد وتیرمزهٔ آن قوی معطر و کمی تلخ‌است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك شده

زیستگاه و گردآوری: این گیاه بومی آسیای مرکزی است که دراروپای مرکزی هم یافت می‌شود. درسرتاسر بریتانیا در سواحل دریاچه‌ها ورودخانه‌ها دیده می‌شود. ریزومهای آن‌را در پاییزجمع آوری کرده، برش‌طولی داده ودرسایه می‌خشکانند.

ایران: درنقاط ایران از جمله بلوچستان گیلان ونواحی غربی می‌روید.

ترکیبات‌واثر: ریزوم آن حاوی اسانس فرار بامزهٔ گس ویك مادهٔ تلخ است که غدد بزاقی و گوارشی را بشدت تحریك کرده وبرای ازدیاد اشتها مصرف می‌شود. همچنین دارای یك اثر مسکن برروی سیستم اعصاب مرکزی است.

مصرف: معمولا به‌صورت دم کردهٔ قطعات کوچك ریزوم (یك قاشق غذاخوری آن را در یك لیترآب سردریخته و می‌جوشانند ومی گذارند تا بماند) درموارد فقدان اشتها وبندرت برای مصارف خارجی درزخمهایی‌که دیرالتیام می‌یابد مصرف می‌کنند. یکی از مواد متشکله مواد اشتهاآور است که به‌صورت لیکور (صدگرم از ریزوم خشك در ۵۰۰ میلی لیتر الکل و ۵۰۰ میلی لیتر آب ریخته وبه‌مدت یك هفته پیوسته تکان داده وسپس صاف می‌کنند.

Cuckoopint

گل‌شیپوری

(*Arum maculatum* L., Araceae), Arum, Lords and Ladies, Wake Robin.

شرح: گیاهی است پایا با پیاز بیضوی به اندازهٔ تقریبی یک دانه فندق که خارج آن قهوه‌ای وداخل آن سفید رنگ است. در بهار برگهای سه‌گوش به‌طول ۲۵ سانتیمتر پیدا می‌کند که‌قاعده‌ای با بریدگی عمیق دارد. گلهای آن در گل آذین است که در اسپاتی برگ مانند به‌طول ۱۵ سانتی‌مترقراردارد که‌پایهٔ آن غلاف‌دار است و در انتها به‌نوك تیزی منتهی می‌شود. میوهٔ آن قرمز و دانه‌ای شکل است، درماههای فروردین‌وخرداد گل‌داده ومزه برگ وساقه آن گس است.

قسمت مورد استفاده: برگ خشك شده وگاهی تازه وپیاز خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه‌دراروپای مرکزی یافت می‌شود. در انگلستان وایرلند اغلب‌درجنگلها، زیرحصارها وغیره می‌روید. برگهای آن موقعی که گیاه درحال گل‌دادن است جمع آوری می‌شود وفوراً درسایه یا حرارت کمتر از ۴۰ درجه سانتی‌گراد خشك می‌شود.

ترکیبات‌واثر: اثرهای گیاه‌خشك‌شده‌وتازه بایکدیگرمتفاوت‌است. گیاه تازه‌درتمام‌قسمتها مادهٔ بسیار فعال ولی ناپایداری داردکه برای‌پوست ومخاطها محرك بوده وممکن‌است تاول‌ایجادکند. زبان به‌این گیاه بسیارحساس است ومتورم می‌شود. گیاه خشك یا پیازآن کمتر محرك است وبه‌عنوان خلط‌آور برای از بین بردن ترشحات مخاط دستگاه تنفس مصرف‌می‌شود. خود گیاه سمی است، به‌خصوص در کودکان که حبه‌های‌آن توجه آنهارا جلب می‌کند.



مصرف: گاهی گیاه‌جوان له‌شده رابرای قسمتهای‌دردناك‌در بیماری‌رماتیسم به‌کارمی‌برند ویا ممکن است عصارهٔ الکلی گیاه تازه را برروی این‌قسمتها مالید. ازدم کردهٔ گیاه خشك (۲–۱ قاشق غذا خوری آن‌را درنیم لیترآب می‌جوشانند) برای از بین بردن‌التهاب مخاط برونشها وخیز عمومی مصرف می‌شود ولی اثر آن مورد تردید است.

White Hellebore

خربق سفید

(*Veratrum album* L., Liliaceae), White Veratrum.

قسمت مورد استفاده: ریشه وریزوم خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: درنواحی کوهستانی اروپای مرکزی وبوفوردراغلب نواحی مرطوب کوهستانها می‌روید ولی بومی بریتانیا نیست بهتراست درپاییز یعنی موقعی که گیاه درحال پژمردهشدن است ویادربهار که رشد آن شروع می‌شود جمع آوری شود ریزوم وریشه آن را شسته، خرد کرده ودرسایه یا آفتاب می خشکانند.

ترکیبات واثر: دارای چند آلکالوئیداست که برای انسان ودام سمی است وسبب استفراغ وسقوط فشار خون می‌شود. مقادیر زیاد آن علایم پیچیده مسمومیت همراه با مالیخولیا، اسهال، گرفتگی عضلات، ناراحتیهای قلبی وغیره ایجاد می کند. گرد آن عطسه آوراست وبرای کك وشپش بسیار سمی است. فعالیت وسمیت برگهای آن درطول رشد گیاه بسیار متغیر است.

مصرف: بخاطر سمیت زیاد، خربق سفید باید تحت نظرپزشك یادامپزشك تجویز شود دردامپزشکی برای افزایش اشتهای گاومصرف می‌شود.

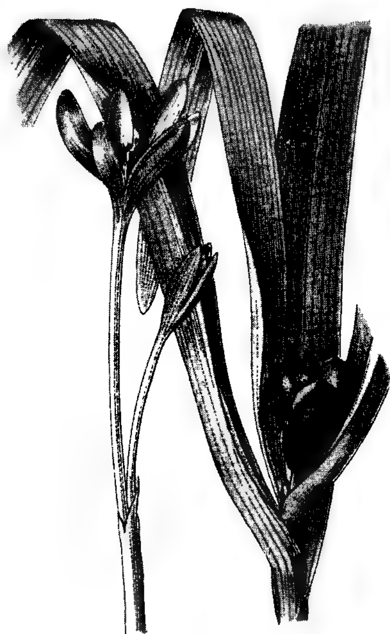


شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع یك متر. دارای ریزومهای کوچك واستوانه‌ای به طول ۵-۳ سانتی‌متر که ریشه‌های متعدد به ضخامت ۲ میلی‌متر وطول ۲۰ سانتی‌متردارد. برگهای آن کاملا پهن وبیضی شکل است و ارتفاع آنها به‌۲۵ سانتی‌متر می‌رسد وهرسه برگ متناوب برروی ساقه قراردارد (تفاوت باژانسین زردکه شبیه آن است). گلهای آن سفید مایل به‌سبزوبه‌پهنای یك‌سانتی‌متر است که‌به‌صورت‌خوشه‌های‌افشان درقسمت انتهایی محوراصلی ساقه مجتمع می گردد. درماههای تیر ومرداد گل داده وطعم آن تلخ نامطبوع است.

Colchicum
مورنجان

(*Colchicum autumnale* L., Liliaceae), Meadow Saffron, Naked Ladies, Autumn Crocus.

پیازسگ، پیازحضرتی، گل‌حضرتی



شرح: در پاییز از کنارساقهٔ زیـرزمینی ۲۰ــ۱۰ سانتی‌متری این گیاه درزیرخاك گلهایی باشش گلبرگ ارغوانی و بندرت‌سفیدرنگ بالا می‌آیدودربهارآینده برگهای نیزه‌ای و گوشتدار آن بطول ۳۵سانتی‌متر بیرون می‌آید و به‌دنبال آن درماههای تیرومرداد میوه کپسولی شکل آن بادانه‌های زیاد می‌رسد. درهمین زمـان یك ساقه زیرزمینی جدید نیزایجاد می‌کند.

قسمت مورد استفاده: دانه‌وساقه‌زیرزمینی خشك شده.

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه درمرغزار‌های‌مرطوب اروپاو بریتانیامی‌روید. درماههای تیرومرداد دانه‌ها از کپسولهای‌رسیده (قهوه‌ای رنگ) جمع آوری می‌شود. ساقهٔ زیرزمینی آن را در پاییز یا بهار کنده ودرسایه‌یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درایران نمی‌روید ولـی ۱۲ گونه‌ازآن درکشورمادیده‌شده که ازبعضی ازآنها به‌علت‌دارابودن‌مواد مؤثره‌استفاده‌های درمانی مخصوصاً درطب عوام می‌شود.

ترکیبات‌واثر: تمام قسمتهای گیاه حاوی چند آلکالوییدسمی است که مهم‌ترین آنها کلشیسین است. ایـن دارو بـامقادیرکم نقرس راتسکین می‌دهد ولـی بامقادیر زیاد اسهال ایجاد می‌کندوبامقادیربیشتر ممکن است سبب مرگ شود برای گاو نیزسمی است (ایجـاد اسهال).

مصرف: به‌خاطر سمیت شدیـد باید فقط تحت نظرپزشك مصرف‌شود. این‌دارو اساساً دردرمان نقرس به‌کارمی‌رود.

Lily-of-the-Valley

گل برف ، گل موگت

(*Convallaria majalis* L., Liliaceae), Convallaria, May Lily.



زیستگاه و گردآوری: این گیاه تا حدوسیعی در اروپا درجنگلها وروی خاکهای مرطوب و خاکهای آهکی می‌روید در بعضی مناطق بوفور یافت می‌شود ودرمناطقی دیگر اصلا یافت نمی‌شود. بومی انگلستان است وموقعی که گل دارد جمع آوری شده ودر کمتر از ۶۰ درجه سانتی گراد خشك می‌شود.

ترکیبات و اثر: تمام قسمتهای هوایی آن دارای گلیکوزیدهای بسیار فعال شبیه گلیکوزیدهای گل انگشتانه است. گلهای آن کمتر از برگها عوارض جانبی (تهوع، اسهال) ایجاد می‌کند بامقادیر دارویی گلیکوزیدهای آن کار قلب را تقویت وتنظیم می‌کند ودر موارد خیزعمومی به‌دفع ادرار کمك می‌کند. تمام قسمتهای گیاه بسیار سمی است.

مصرف: تنتور و گلیکوزیدهای گل برف فقط باید تحت نظر پزشك برای درمان بیماریهای قلبی وخیز عمومی مصرف می‌شود.

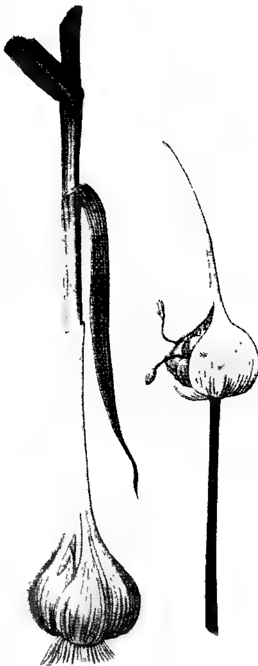
شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۲۰-۱۰ سانتی‌متر که درسال دو برگ بیضوی دمبرگ دار و یك دمگل بی‌برگ دارای ۱۰-۵ گل سفید زنگوله مانند وخوشبو ایجاد می‌کند. بین ماههای اردیبهشت وتیر گل می‌دهد میوهٔ آن گردوقرمز روشن وحاوی ۶-۲ دانه‌است.

قسمت مورداستفاده: به‌طور عمده‌از گلها و گاهی از قسمتهای هوایی آن استفاده می‌شود.

Garlic

سیر

(*Allium sativum* L., Liliaceae).



شرح: سیر گیاهی است پایا با یک پیاز مرکب حاوی چند بولب کوچک که در یك غشاء مشترك قرار دارند. برگهای آن عمودی ومحکم باحاشیه‌های زبر به‌طول ۱۵ سانتی‌متر وعرض یك‌سانتی‌متر است. ساقه بدون شاخه آن دارای یك‌چترانتهایی ازگلهای سفیدمایل به‌سبز است.

قسمت مورد استفاده: پیاز تازه وبندرت خشك شده.

زیستگاه وکشت: منشاء سیرازشرق است وبه میزان وسیعی کشت داده می‌شود. درماه فروردین هریك ازپیازهای کوچك سیررا در خاك‌کاملا خشك به‌فاصله ۲۰–۱۵ سانتی‌متر می‌کارند و بین‌ماههای تیر ومردادکه برگها پژمرده می‌شود جمع آوری می گردد.

ایران: درنواحی‌مختلف مخصوصاً‌شمال ایران پرورش این گیاه زیاد است.

ترکیبات‌واثر: سیر خردشده‌حاوی‌اسانس گوگرد داری بابوی تند است وبرای‌دستگاه گوارشی خاصیت‌آنتی‌بیوتیکی(ضد میکربی) دارد. اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده شده واز راه ریه و پوست دفع می‌شود. یك محرك پوستی است وبه‌عنوان خلط آور در التهاب مخاط برونشها مصرف می‌شود. سیر یك داروی ضدکرم ضعیف است وبرای‌درمان بیماری تصلب شرایین به‌کار می‌رود ولی اثر پایین‌آورندگی‌فشارخون‌آن‌احتمالا‌جزیی‌است.

مصرف: به‌خاطر بوی نامطبوع آن بهتر است به‌صورت کاملا خرد شده در شیر برای درمان افزایش فشار خون، تصلب شرایین، ناراحتیهای گوارشی (اسهال، اتساع روده) و التهاب مخاط برونشها خورده شود.

Ramsons

والك

(*Allium ursinum* L., Liliaceae), Broad-leaved Garlic, Wild Garlic.

سیرخرس، سیرجنگلی



شرح: گیاهی‌است پایا به‌ارتفاع ۵۰–۲۵ سانتی‌متر با پیازکشیده برنگ سفید مایل به زرد و دو یا سه برگ بیضوی نوك‌تیز. ساقهٔ ضخیم وگلدارآن‌کم وبیش سه‌وجهی است و درانتها به‌چتری شامل ۲۵–۱۵ گل هریك به‌پهنای ۱/۵ سانتیمتر با شش گلبرگ سفید یا صورتی ختم می‌شود. در ماههای فروردین تا خرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: معمولا از گیاه جوان و بندرت از گیاه خشك شده یا عصارهٔ آن استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: به‌صورت کلنی در محلهای مرطوب و سایه‌ای جنگلها و بیشه‌ها می‌رویند ولی درمحلهای خشك نمی‌رویند. در سرتاسر اروپای مرکزی وجنوبی و در بعضی نقاط بریتانیا بوفور یافت می‌شود. گیاه تازه را می‌تواندرتابستان وپاییز جمع‌آوری کرد. برای خشك‌کردن گیاه، باید آن را هنگامی که گل دارد جمع‌آوری کرده وهرچه‌سریع‌تر در حرارت کمتر از ۴۰ درجه سانتی‌گراد خشکاند.

ایران: والك درمنطقه وسیعی از ایران خصوصاً در نواحی کوهستانی البرز، دربند، لشکرك، شهرستانك، فشم، آذربایجان،رضاییه، بعضی نواحی گیلان واراك می‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس فرارگیاه تازه والك حاوی ترکیبات گوگردی است. مصرف آن شبیه سیراست به‌خصوص به‌عنوان یك ضد عفونی‌کننده روده‌ای ترشح صفرا را تحریك می‌کند. با انبساط ملایم عروق خونی سبب کاهش فشار خون می‌شود (این اثر ضعیف است). اگر برروی پوست مالیده شود سبب قرمزشدن پوست می‌شود.

مصرف: ازطریق خوراکی بهترین‌مصرف آن به‌صورت سالاد است. دم‌کرده آن‌کمتر مؤثر بوده و بندرت از آن استفاده می‌شود. اساساً به‌عنوان یك‌شستشودهنده برای ناراحتی‌های فصل بهار مصرف می‌شود. از این گیاه برای درمان بیماری افزایش فشار خون (تصلب شرائین)، اسهال واتساع روده‌استفاده می‌شود، ازطریق خارجی برگهای‌له شدهٔ آن را می‌توان برای از بین بردن آبسه وکورك به‌کاربرد.

Black Bryony

تمیس

(*Tamus communis* L., Dioscoreaceae),
Blackeye Root.

بامبلی بوزو (کردستان)، رزك (لاهیجان)



شرح: تمیس گیاهی پایا، بالارونده به ارتفاع ۳ـ۱٫۵ متر ودارای ساقهٔ کاملا پیچیده است. ریشه آن گوشت‌دار، غده‌ای، منقسم و به‌درازای ۳۰ سانتی‌متـر و ضخامت ۱۰ـ۲ سانتی‌متر وداخل آن موسیلاژی است. دارای برگهای بـراق، نوك‌تیز و قلبی‌شکل است. گلهای آن نامشخص، به‌رنگ سبـز روشن و خوشه‌ای است. میوه این گیاه به‌صورت سته‌ٔ قرمز است.

قسمت مورد استفاده: ریشه‌های تازه یا خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در محیطهای گرم برروی خاکهای آهکی درپرچین ها و گوشه جنگلها می‌روید. درانگلستان بسیارمعمول است ودرفصل تابستان و پائیز جمع آوری می‌شود.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی ایران، گیلان، آستارا، مغرب،جنگلهای نواحی‌خشك کردستان وخوزستان می‌روید.

ترکیبات واثر: ریشه‌های این گیاه حاوی ماده‌ای شبیه هیستامین است که شدیداً محرك پوست است‌مقدار ناچیزی هم‌ازیك‌آلکالوئید دارد. اگرقطعه‌ای ازریشه‌آن روی‌پوست‌قرار گیرد، بویژه اگـر بنرمی روی پوست مالیده شود بشدت جریان خون را تحریك می کند. گیاهی سمی است ومواردی ازمرگ کودکان در اثر خوردن حبه‌های قرمز آن پیش آمده است.

توجه: در اثرتماس باریشه تازه این گیاه آلرژیهای پوستی همراه بـا تاول در بعضی اشخاص دیده شده است.

مصرف: در مـوارد خونریزی ودردهای رماتیسمی لایه‌هایی ازریشه تازه یاخشك شده ونیزکمپرس عصاره‌آبکی یا الکلی آن‌ازطریق خارجی به‌کار می‌رود. گیاه تازهٔ‌آن خیلی بیش ازهنگامی که خشك می‌شود فعال است وممکن است برروی پوست تاول ایجادکند.

Willow

بید

(*Salix alba* L., *Salix fragilis* L., and other species, Salicaceae),
Common Willow, White Willow.

قسمت مورد استفاده : پوســت خشــك شاخه‌های ۵ـ۲ساله وبندرت برگهای خشك.

زیستگاه وگردآوری : این گیاه معمولا درکنار نهرها ورودخانه‌ها می‌روید وبه‌مقدار زیاد نیز کاشته می‌شود. در انگلستان نیزمی‌روید، پوست‌آن را دربهار موقعی که گیاه‌رشد خود را شروع می کند جمع‌آوری می کنند و بسرعت درسایه یا نورآفتاب می‌خشکانند.

ایران : درخت بید در نــواحی مختلف البرز، کرج، گچسر، نواحــی شمالی مانند لاهیجان، دره چالــوس، بابــل، آذربایجان، جنوب وغیره می‌روید.

ترکیبات واثر : ۱ــ سالیسین، مــاده‌ای است حاوی آلدییدسالیسیلیك(اسیدسالیسیلیك از Salix نام لاتین بید مشتق می‌شود). ۲ــ تانن. ۳ــ ترکیباتی با اثرضد میکربی‌ضعیف اثرآنتی‌سپتیکــی (ضــد عفونی کننده) دارد، حرارت بــدن را کاهش می‌دهد و دردهــای رماتیسمی را تسکین می بخشد به‌خاطر داشتن تانن به‌عنوان یك داروی ضد اسهال مصرف می‌شود.

مصرف: از طریق داخلی به‌صورت گرد (یك قاشق چایخوری ۳ــ۲ مــرتبه در روز) یاتیزان (۳ــ۲ قاشق غذاخوری گــرد در یك لیترآب) برای‌روماتیسم وسرماخوردگی‌مصرف می‌شود. برای این منظور داروهای سنتتیك تاحد زیادی جایگزین پوست بیدشده است. ازطریق‌خارجی جوشانده‌آن را (۵۰ گرم گرد درنیم لیترآب) برروی زخمها می‌مالند.



شرح : پوست گــونه‌های بومــی مختلف بید در طب مصرف می‌شود، به‌شکل درختچه و بندرت درخت هستند، گلهای یك جنسی آن کاملا به‌صورت آرایش دمگربه‌ای است که بعضی گونه‌ها پیش از برگها یا در گونه‌های دیگر دریك محل‌همراه برگهاقرار گرفته است. برگها درگونه‌هایی که مصرف طبی دارد باریك ونیزه‌ای است، طعم‌آن تلخ وقابض است.

Walnut

گردو

(*Juglans regia* L., Juglandaceae)

شرح: درخت گردو تا ۳۰ متر ارتفاع داشته وبندرت به‌صورت درختچه است. طول برگهای آن ۴۰ سانتی‌متر است با ۱۱–۷ برگچه تك شانه‌ای به‌طول ۱۵ سانتی‌متر با رگبرگهایی که در سطح زیرین برگ بسیار مشخص‌اند. گلهای آن یك جنسی و گلهای نر با آرایش دم‌گربه‌ای معلق و گلهای ماده بطور نامشخص در دسته‌های ۵–۲ تایی در نوك شاخه قرار دارد. میوه آن دارای پوسته گوشتدار وضخیم است. برگ و میوه آن دارای بوی خوش ومزه تلخ است.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های خشك وپوستهٔ میوهٔ تازه.

زیستگاه وگردآوری: گردو به‌طور معمول در بریتانیا و سراسر اروپا کاشته می‌شود. برگهای آن را دراوایل تابستان (پیش ازتیرماه) جمع‌آوری کرده وسریعاً درسایه در حرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند (خشکاندن آهسته سبب می‌شود گیاه به‌رنگ قهوه‌ای مایل به‌سیاه درآید) و پوستهٔ میوه را ازمیوه‌های رسیده جدا می‌کنند.

ایران: درنواحی شمالی ایران، جنگلهای آستارا، طوالش، دیلمان، رودبار، گل‌داغ، بندرگز وقصرشیرین می‌روید.

ترکیبات واثر: تانن، مقدار کمی اسانس فرار، Juglone (که در بیماریهای قارچی مؤثراست)، Hydrojuglone وترکیبات کمتر شناخته شده دیگری دارد. پوستهٔ میوه سرشار از ویتامین C است. به عنوان ضد التهاب برروی مخاطها ونیزبه‌عنوان یك تقویت کنندهٔ عمومی مصرف می‌شود.

مصرف: برگ گردو اساساً به‌صورت تیزان (یك‌مشت برگ آن را دریك لیترآب ریخته و می‌گذارند تا بماند) برای ازبین بردن چرك و بثورات جلدی خورده می‌شود. بندرت تیزان آن (۵۰ گرم برگ در یك لیترآب) برروی این بثورات مالیده می‌شود. اثر ضدکرم آن مورد تردید است ولی اثرضعیفی درمرض قند دارد. تهیهٔ فرآورده‌های فعال آن ازپوستهٔ میوهٔ پیچیده است و باید توسط داروساز انجام گیرد.

Birch

غان

(*Betula pendula* Roth, Betulaceae), Bouleau, Common Birch, European Birch, White Birch.

توس

است. مزه برگ آن تلخ و کمی خوشبواست.

قسمت مورد استفاده: برگهای تازهٔ خشک شده.

زیستگاه و گردآوری: بوفور در اروپای شمالی و مرکزی و در مناطق کوهستانی اروپا یافت می‌شود. در بیشه‌ها و جنگلهای انگلستان فراوان است. برگهای آن را در اوایل تابستان حداکثر ۲ـ۱ ماه پس از بازشدن جمع آوری کرده در سایه در حرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: غان دارای اسانس فرار، رزین، یك ساپونین و یـك فلاونوئید است. بعنوان مدری که کلیه را تحریك نمی کند از آن استفاده می‌شود. اثر ضد عفونی کنندگی ملایمی دارد.

مصرف: ازطریـق خوراکی بصـورت تیزان (یك لیتر آب جوش رابرروی ۲ـ۱ قاشق غذاخوری برگ خـرد شده آن را ریخته و بگذارید بماند. افزودن یك گرم بیکربنات سدیم اثرتیزان را افزایش می‌دهد) برای تمام اشکال نارساییهای دفـع ادرار بخصوص در خیزعمومی مصرف می‌شود. همچنین در درمان رماتیسم و عفونتهای دستگاه ادراری از آن استفاده می‌شود.



شرح: درختی است به ارتفاع ۳۰ متر با پوست سفید و لکه‌های سیاه، شاخه‌های آن اغلب معلق است و شاخه‌های جوان دارای غده‌های فلس‌دار رزینی خشن و کوچك است ولی کرك ندارد (در بعضی گونه‌های وابسته شاخه‌ها کرکدار و بدون فلس است). برگهای آن کم و بیش مثلثی شکل، و زوایای قاعدهٔ آن کمی گرد (اختلاف با گـونه‌های وابسته) و به‌طول ۷ـ۴ سانتی‌متر با حاشیه‌های دندانه‌ای

Oak
بلوط

(Quercus robur L.=Common Oak, *Quercus petraea* (Mattuschka) Liebl =Sessile Oak, Fagaceae), Tanners Bark.

بلوط دم‌دار

شرح: درخت بلوط تا ۴۰ متر ارتفاع دارد. پوست تازه آن نرم است وبا افزایش سن گیاه شکافهایی در آن بوجود می‌آید. در نوع Q. robur پایه برگها ۱ سانتی‌متراست ومیوه‌ها برروی یك ساقهٔ بلند به‌صورت سنبله قراردارد،حال‌آنکه درQ. petraea طول پایهٔ برگها ۱ سانتی‌متریا بیشتر بوده و میوه‌ها در دسته‌های ۳ـ۲تایی برروی ساقه خیلی کوتاه قراردارد.



قسمت مورد استفاده: بطورعمده‌ازپوست نرم شاخه‌های جوان ۱۰ـ۵ساله وبندرت نیز ازبرگهای خشك یـا میوه‌های خشك و برشته آن استفاده می‌شود. پوست کهنه و شکافدار این گیاه فعالیت خیلی کمی دارد.

زیستگاه وگردآوری: هردوگونه‌و گیاهان حدفاصل آنها درسراسر اروپا یافت می‌شود. به‌طور معمول یکی از گیاهان زیبای بریتانیا است‌که درخاك رس بهتر می‌روید ولی بلوط سسیل (Sessil) برروی خاکهای سیلیسی و اسیدی بیشتریافت می‌شود. پوست آن‌را باید درماه اردیبهشت از شاخه‌ها جداکـرد و در سایه یادرآفتاب همراه باجریان هوا یاهوای گرم بـا دمای ۶۰ـ۵۰ درجه سانتی‌گـراد خشکانند.

ایران: نمونه‌هـای متعددی از درختان بلوط در جنگلهای ایران پراکندگی دارد که به‌نام عمومی بلوط یا درخت مارو نامیده می‌شود.

ترکیبات واثر: پوست، برگ و میـوه بلوط حاوی تانن است کـه دارای خاصیت ضد التهابی بـرروی مخاطهاست و به‌عنوان ترکیبات قابض در اسهال و دیسانتری حـاد استفاده می‌شود.

مصرف: به‌طور خوراکی به‌صورت‌تیزان یا گرد (یك‌نوك چاقو روزی ۵ـ۴بار) برای اسهال مصرف می‌شود (کم). ازطریق‌خارجی جوشانده (۱۰۰ـ۵۰ گرم پوست خرد شدهٔ‌آن را به‌مدت ده‌دقیقه دریك‌لیترآب‌می‌جوشانند) آن را به‌شکل غرغره یا دهان‌شویه برای گلو درد، شستشوی مهبل در لوکوره (ترشح مایع سفیدرنگ چسبناك ازمهبل) وبه‌شکل مالیدنی در سوختگیها، سرمازدگیها و بواسیر مصرف می‌شود.

Elm

نارون‌قرمز

(Ulmus procera Salisb. =*U. campestris* auct. angl., English Elm and *Ulmus glabra* Huds which includes *U. scabra* Mill., Wych Elm, Ulmaceae), Common Elm.

اوجا، گل‌پردار



شرح: درخت بزرگی است به‌طول ۴۰ متربا برگهای بیضوی یا تخم مرغی خشن با پهنك غیرمتقارن که حاشیهٔ آنها دندانه‌داراست دوگونه فوق را بسختی می‌توان از یکدیگر تشخیص داد. برگهای گونه نارون قرمزدارای دمبرگ ودرقسمت بالا نرم است وشاخه‌های جوان کرکدار است درحالیکه برگهای‌نارون کوهی دمبرگ بسیارکوتاهی داردودرقسمت بالاخیلی خشن است وترکه‌های آن کرکهای زبری دارد که بعداً نرم می‌شود. پوست خاکستری تیره‌رنگ آن نرم است ولی درطول خود خطدار می‌شود.

قسمت مورد استفاده: ازپوست تازهٔ‌خشك شدهٔ‌آن استفاده می‌شود ولی پوست کهنهٔ آن‌با چوب‌پنبه شکافدار عملا ترکیبات مؤثری ندارد. درسایه یا آفتاب آن را می‌خشکانند.

زیستگاه و گردآوری: هردو گونه آن بومی‌انگلستان است‌نوع نارون قرمز در سراسر انگلستان بویژه درجنوب درپرچین‌ها وکنار مزارع یافت می‌شود ولی نوع نارون کوهی بیشتر درغرب و شمال پراکنده است. پوست آن‌رادربهارپیش‌ازدرآمدن برگها جمع‌آوری می‌کنند.

ایران: این‌گیاه در نواحی مختلف البرز اطراف تهران. جنگلهای بین رشت وتهران، آذربایجان، خراسان، مغرب‌ایران و نواحی مختلف دیگریافت می‌شود.

ترکیبات واثر: پوست این درخت‌حاوی موسیلاژ وتانن فراوان است. دارای‌اثرقابض وضدالتهابی (بخاطراثرتانن) برروی مخاطها است. بعلاوه‌موسیلاژآن مخاطها راازتحریکات خارجی محافظت می‌کند.

مصرف: ازطریق خوراکی به‌شکل تیزان (یك‌مشت‌ازپوست‌کاملا خردشده یاگرددرشت آن‌را دریك لیتر آب‌جوش دم می‌کنند) یا به شکل گرد (روزی ۴–۳بار ۵–۲ گرم‌درمقدار کمی‌آب) برای درمان‌اسهال مصرف‌می‌شود، از طریق خارجی از دم‌کرده آن (۱۰۰–۳۰ گرم در یك لیتر آب) به‌شکل مالیدنی در التهابات، بواسیرها و به‌عنوان دهان‌شویه و غرغره استفاده می‌شود.

Hops

رازك

(*Humulus lupulus* L., Moraceae).



شرح: رازك گیاهی است دو پایه و بالا رونده که بلندی آن تا ۶ متر می‌رسد و تنها از گیاه مادهٔ آن برای مصارف دارویی ودرآبجو سازی استفاده می‌شود. دارای ساقه‌های باریك به‌رنگ سبز تیره، خشن و برگهای سه‌لوبی است. گلهای نوع ماده آن نامشخص و متمایل به‌سبزاست که با برگه‌های سبز مایل به‌زرد با تارهای غده‌ای مایـل به‌قهوه‌ای پوشیده شده است. برگه‌ها و گلهای آن یك گل آذین مخروطی به‌قطر ۲ــ۱ سانتی‌متر تشکیل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ۱ــ گل آذین که قبل از رسیدن کامل جمع‌آوری می‌شود

۲ــ تارهای غده‌ای (ترشحی) قهوه‌ای جدا شده از برگه‌ها.

زیستگاه وکشت: رازك وحشی در کنـار حصارها و بیشه‌های اروپا یافت می‌شود و در انگلستان فراوان است کشت آن به‌وسیلهٔ کاشتن قلمه‌های سال قبل انجام می‌شود. رازکهای انگلیسی از کیفیت بالایی برخوردار بوده و بیشتر درجنوب‌شرقی انگلستان (کنت) کشت داده می‌شود. در اواخر تابستان جمع‌آوری می‌شود (ممکن است درکسانی که آن‌راجمع آوری می‌کنند باعث تنگی نفس، اختلالات سبی، تب وتعریق شود).

ایران: رازك درگرگان، کنار دریای‌خزر وبندرگز می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات آن بخـوبی شناخته نشـده است. دارای اسانس فـرار، رزین، اسیدهای تلخ‌است‌وازآن درناراحتی‌های عصبی‌استفاده میشود. مواد تلخ واسانس فرارآن‌دستهارا‌تحریك کرده‌واثر آنتی بیوتیکی ضعیفی دارد. ترکیبات آن سیکل قاعدگی را منظم می‌کند فعالیت دارو باافزایش سن گیاه به‌سرعت کاهش می‌یابد.

مصرف: درگرد گل‌آذین مخروطی شکل آن (یك نوك چاقو روزی ۳ــ۱ بـار بویژه هنگام خواب) برای تقویت اعصاب و کم‌خوابیهای خفیف وخیلی بندرت از تیزان آن (۱۰ گرم درنیم لیترآب) استفاده می‌شود.

Nettle گزنه

(*Urtica dioica* L=Stinging nettle, *Urtica urens* L.=Small nettle, Urticaceae).



شرح: هردو گونه این گیاه شبیه یکدیگر است، گزنه دوپایه گیاهی است پایا (باریزوم) وبرگهای پهن که ارتفاع ساقهٔ آن به ۱٫۵ متر می‌رسد. برگهـای کوچکتر آن از دم برگش درازتر است. گزنه صغیر گیاهی است یکساله، نروماده کـه ارتفاع ساقهٔ آن به ۶۰ سانتی‌متر می‌رسد وبرگهایش کوچك است ولی برگهای پایینی آن ازدمبرگشان کوتاهتراند.

قسمت مورد استفاده: ۱ـ تمام قسمتهای گیاه جوان، ۲ـ شیره بدست‌آمده از گیاه‌جوان ۳ـ برگ خشك‌شده ۴ـ ریشه وریزوم خشك شده

زیستگاه و گردآوری: گزنه دوپایه‌بوفور و به‌طـور معمول در سراسر بریتانیا درکنار حصارها، جنگلها، مرغزارهاو نزدیك‌ساختمانها یافت می‌شود، اما در بریتانیا گزنه صغیر در کشتزارها و در مکانهای بایـر، بیشتر است. برگهای آن را از گیاهان ۵۰ـ۳۰سانتی‌متری جمع‌آوری کرده و درسایه درحرارت‌حداکثر ۵۰ درجه سانتیگراد می‌خشکانند.

ایران: گزنه در نواحی مرطوب غالب نقاط ایران، بویژه مناطق شمالی وکرانه خزر می‌روید.

ترکیبات واثر: در این مـورد اطلاعات کمی وجـود دارد. مقدار زیادی کلـروفیل داشته وسم سوزاننده تارهای آن اثردارویی کمی دارد.

این سم حاوی هیستامین و مواد دیگری است. از گیاه تازه آن به‌عنوان مقوی، مدر، خونساز وکاهش‌دهندهٔ غلظت قندخون‌استفاده می‌کنند. ریشه وبرگ خشك آن نیز اثر مدر خفیف دارد.

مصرف: گیاه تازه‌گزنه‌که به‌صورت‌سالاد یا سبزی خورده می‌شود به‌عنوانِ یك تونیك (تقویت‌کننده)، محرك روده یا ترشح ادرار (درخیزعمومی) ونیزمقوی‌درمرض‌قند(دیابت) وکم‌خونی مصرف می‌شود. از طریق خارجی در رماتیسم استفاده می‌شود. درمورد اثر آن به‌عنوان تقویت‌کنندهٔ مو هیچگونه تأییدی در دست نیست.

Mistletoe

داروواش

(*Viscum album* L., Loranthaceae), Birdlime Mistletoe.

واش، بورگ آغاجی

شرح: داروواش انگـل سبزی است درازای ۹۰ـ۳۰ سانتی‌متر که برروی شاخه‌های بسیاری از گیاهان برگ‌ریز بویژه‌سیب، لیموترش و بندرت برروی بلوط یـا گیاهان همیشه سبز و مخروطیان بسر می‌بـرد. ریشه داروواش به‌داخل چوب درخت میزبان نفـوذ کرده وازآن مواد غذایی‌کانی وآب‌می‌مکد.

قسمت مورداستفاده: شاخه‌های پربرگ جوان یا خشك شده.

زیستگاه‌وگردآوری: به‌طـور معمول در جنوب وغرب انگلستان وبندرت درشمال آن یافت‌می‌شود ودراسکاتلندوایرلنددیده‌نمی‌شود. درطول‌سال‌ومعمولادرفصل‌پاییزجمع آوری‌شده و در حرارت حداکثر ۴۵ درجه سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ایران: درغالب جنگلها و کوهستانهای ایران‌مخصوصاً مازندران، بندرگزوکهرسنگ برروی درختان مشاهده می‌شود.

ترکیبات‌واثر: ترکیبات آن‌کمتر شناخته شده ولـی دارای آلبومینهای بسیار حساس نسبت به‌حـرارت به‌نـام ویسکوتوکسین و مشتقات‌کولین است. یك پایین‌آورندهٔ خفیف فشار خون و تونیك است. اگر بطور مستقیم برروی توموریا داخل‌آن مالیده شـود ممکن است ازرشد تومورجلوگیری‌کند. درموزداثر قلبی‌آن جای بحث وجوددارد.

مصرف: داروواش اساساً دردرمان‌افزایش فشارخون بخصوص بصورت تازه یاداروهای

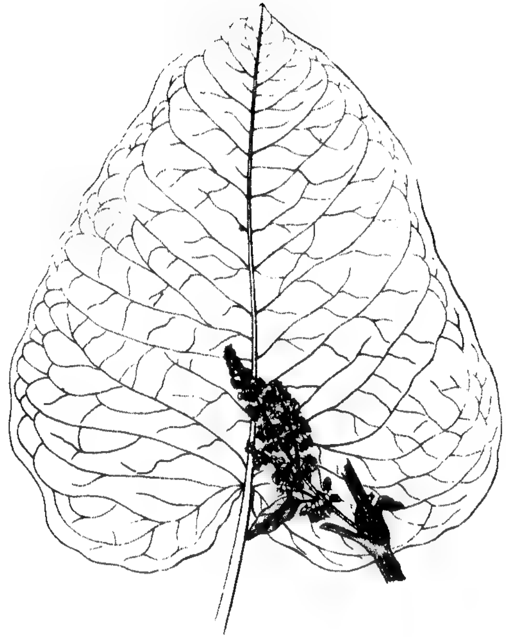


اختصاصی موجود مورداستفاده قرارمی گیرد. ازاین‌گیاه نباید دردرمان تومورها مگرتحت نظر پزشك استفاده شود . ماده عامل این خاصیت نیز بوسیلهٔ روده جذب نمی‌شود.

Monk's Rhubarb

ترشك

(*Rumex alpinus* L., Polygonaceae), Garden Patience.



شرح: گیاه بزرگ وپایایی است با ریزوم ضخیم منشعب که سطح داخلی‌آن زرد رنگ است. برگهای‌آن بشکل قلب به‌طول ۵۰ سانتی متر و عرض ۲۰ سانتی متر با دمبرگهای درازاست. ساقه‌آن تایك متر طول دارد وگلهای کوچك سبزتازرد رنگی به‌شکل خوشه‌های‌افشان ومتراکم روی‌آن قراردارد. گاهی گونه Rumex.obtusifolius نیز ترشك نامیده می‌شود. این دوگیاه شبیه هم‌اند ولی گلهای R. obtusifolius خوشه‌های افشان باتراکم کمتری دارد وکمی سرخ‌رنگ‌است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌شده.

زیستگاه و گردآوری: در مناطق کوهستانی شمال انگلستان دیده می‌شود. در سراسر مناطق کوهستانی اروپای مرکزی و جنوبی‌غالباً به‌مقدارزیاد درنزدیکی ساختمانها می‌روید. ریزوم آنرا درپائیز گردآوری کرده خوب می‌شویند سپس ریشه‌های بزرگتر را برش طولی داده ودرآفتاب می‌خشکانند.

ایران: این‌گیاه درنواحی غربی ایران، زراب، قصرشیرین در ارتفاع ۱۷۰۰ متری می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مسهل آن شبیه روبارب‌دارویی‌یاسنااست(مشتقات‌آنتراکینون) مقدارکمی نیزتانن دارد.

مصرف: به عنوان ملین به‌جای روبارب، سنا یاسنجد تلخ مصرف می‌شود. معمولا گرد آن را (۱-۴ نوك چاقو ، دوبار درروز) و بندرت به شکل تیزان (یك قاشق مرباخوری گرد آن را در دو فنجان آب دم می‌کنند) می‌خورند.

Knotgrass

علف هفت‌بند

(*Polygonum aviculare* L., Polygonaceae), Knotweed, Centinode.



شرح: گیاهی است یکساله که برحسب زیستگاه انـواع مختلفی دارد. در محلهـای مرطوب پاجوشهای آن ضعیف است و می‌پیچد و بالا می‌رود. نوع پـرورش یافته‌آن قـوی است. ارتفاع آن تـا ۴۰ سانتی‌متر می‌رسد. ساقه‌های آن منشعب، دارای برگهای یك در-میان‌است که یا باریك ومشخص ویا پهن بیضوی با نوك گرد به‌طول ۰/۵-۳ سانتی‌متر است. گلهـای آن نامشخص و به‌طول ۲-۳ میلی‌متر است. جامهای‌قیفی شکل‌آن سفید، مایل به‌سبز یاصورتی‌است، دربین‌ماههای‌خردادتاشهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیـاه گلـدار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: به مقدار زیاد درسراسردنیا پراکنده‌است. معمولا دربریتانیا درکنارجاده‌ها ومحلهای مرطوب می‌روید. در موقعی که گل داردآن راگردآوری می کنند و درسایه یاآفتاب می‌خشکانند.

ایران: در نواحی غربی ایران، تخت-سلیمان، بین‌همدان وتبریز، نواحی مرطوب و کوهستانی الوند وکوهسهند می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای تـانن و اسید سیلیسیك است واثرقابض دارد وبه‌عنوان یك داروی ضد اسهال (اثرتانن) مصرف می‌شود. بـه خاطر داشتن اسید سیلیسیك، این ترکیب ممکن‌است یك اثرتقویت‌کننده روی بافتهای ریه داشته باشد ودردرمان سل ریوی مصرف شود (این اثرهنوزمورد تردید است).

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم‌لیترآب‌سرد را روی ۳-۴ قاشق غذاخوری‌گیاه خرد شدهٔ نرم می‌ریزند تا بجوشد) برای درمان اسهال مصرف می‌شود. ازگرد گیاه نیزاستفاده می-شود (یك‌قاشق مرباخوری‌گرد درنصف‌لیوان آب، سه مرتبه درروز).

Smartweed

(*Polygonum hydropiper* L. Polygonaceae), Water Pepper, Biting Persicaria.



شرح: گیاهی است یکساله به‌ارتفاع ۱۰۰–۳۰ سانتی‌متر و دارای ساقه‌های منشعب که اغلب به‌گره‌های قرمز ومتورم منتهی می‌شود. برگهای آن کم و بیش نیزه‌ای، بدون کرك است (بجز کرکهای حاشیه‌ای) که با غده‌های شفاف پوشیده شده است. گلهای آن به‌صورت سنبله کوچك (۴–۲ میلی‌متر)، سبز یا مایل به‌قرمز وقیفی شکل که با غده‌های شفاف پوشیده شده‌است. تمام قسمتهای گیاه طعم‌تندی شبیه به‌فلفل‌دارد ودرماههای تیرومرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه به‌صورت خشك یا تازه مصرف می‌شود. ولی دراثرخشك‌شدن فعالیت آن کمتر می‌شود.

زیستگاه‌وگردآوری: در گودالهای مرطوب، کنار رودخانه‌ها، قسمتهای مرطوب جنگلها وبندرت در مراتع و در سراسراروپا می‌روید. درانگلستان نیز بوفور وجود دارد. گیاه گلدارآن را جمع‌آوری کرده در سایه در حرارت کمتر از ۴۵ درجه سانتی گراد می‌خشکانند.

ایران: در مناطق گرگان، بندرگز، مازندران، لاهیجان، رشت، شوش و نواحی جنوب‌غربی‌وقره‌داغ آذربایجان یافت‌می‌شود.

ترکیبات‌واثر: ۱ـ تانن: قابض و ضد التهاب. ۲ـ یك‌ماده تند وزننده که سبب‌سرخ شدن و تاول‌زدن پوست می‌شود. یك داروی مدر، بندآورنده خون وتسریع کنندهٔ قاعدگی درزنان است.

مصرف: گیاه له‌شده وتازه رابرای بهبود زخم‌هایی که دیرالتیام می‌یابند روی آن قرار می‌دهند. همچنین درکوفتگیها ورماتیسم از آن‌استفاده‌می‌شود گرد گیاه خشك‌شده را(روزی ۳–۲ نوك چاقو) یا به‌شکل تیزان (دم کرده‌یك قاشق غذاخوری در یك لیتر آب) در درمان خیز عمومی و فقدان قاعدگی جهت تسریع قاعدگی مصرف می‌شود. تأثیرآن‌دراختلالات قاعدگی مورد تردید است.

Bistort

انجبار

(*Polygonum bistorta* L., Polygonaceae), Snakeweed.

شرح: گیاهی است پایا باارتفاع بیش‌از یك متر که دارای ریزوم بزرگ، پیچدار و منشعب است. برگهای قاعدهٔ آن بزرگ و نیزه‌ای است. سطح فوقانی برگها سبزتیره‌و سطح تحتانی سبزمایل به‌آبی باحاشیه‌موجدار ودم برگ مثلثی‌شکل‌است.ساقهٔ گلدار آن‌همیشه ساده است که به‌یك سنبله استوانه‌ای انبوه منتهی می‌شود. گلها به‌رنگ گلی یا صورتی کمرنگ باگل‌پوش‌منفرد است (کاسه‌وپوشش گل قابل تشخیص نیست) و پرچمها از بیرون دیده می‌شود. درماه خرداد تاتیر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: در مراتع مرطوب نواحی کوهستانی اروپا و سراسر بریتانیا پراکنده است. به‌طورعمده درشمال انگلستان وجنوب اسکاتلند یافت می‌شود. درفصل پاییز جمع‌آوری شده ودرآفتاب خشکانده می‌شود. ریشه‌های بزرگ‌آن‌را برش‌طولی می‌دهند.

ایران: درسهند آذربایجان، تخت‌سلیمان، الوند ونواحی غربی ایران یافت‌می‌شود.

ترکیبات‌واثر: تنها مادهٔ فعال این گیاه تانن است‌که دارای اثرضد التهابی و قابض است.

مصرف: ریشهٔ‌آن هنگامی‌که به‌شکل گرد (روزانه ۴ـ۲ نوك چاقو) خورده می‌شود بیشترین اثررا دارد. دم‌کردهٔ‌آن‌که با استفاده ازآب سردویا گرم تهیه‌می‌شود (۱۰ـ۳ساعت می‌ماند) نیزمؤثراست ولی جوشاندهٔ آن(۳۰ گرم دریك لیترآب) فعالیت کمتری دارد.



اساساً در درمان اسهال (ونیزدر دامپزشکی) و بندرت به‌شکل غرغره یا دهان‌شویه برای التهاب دهان وگلو مصرف می‌شود.

Soapwort

چوبه

(*Saponaria officinalis* L., Caryophyllaceae), Soaproot, Bouncing Bett.

غاسول، صابونی



شرح: گیاهی تنومند، پایا به‌ارتفاع ۷۰ـ۳۰ سانتی‌متر است. ریزومهای آن منشعب، استوانه‌ای به‌ضخامت یک سانتی‌متر است و دارای ساقه‌های گلدار و بی‌گل است. ساقه آن گرد، ساده منشعب یا کرکی است. دارای برگهای متقابل، بیضی شکل یا نیزه‌ای کمی کرکدار وسه‌رگه طولی است. طول گلها تا ۴ سانتی‌متر می‌رسد که دارای کاسه‌گل لوله‌ای و ۵ گلبرگ صورتی یاسفید است.

قسمت مورد استفاده: ریزوم و ریشه، بندرت گیاه خشک شده.

زیستگاه و گردآوری: به‌طور معمول در سراسر اروپای مرکزی وجنوبی و بوفور در بخشهایی از انگلستان درسواحل و کناره‌جاده‌ها می‌روید و گاهی نیز کشت داده می‌شود. ریشه آن‌را دربهار و پاییز هنگامی که گیاه گل دارد باید جمع‌آوری کرد و در آفتاب در حرارت حداکثر ۵۰ درجه سانتی‌گراد خشکاند.

ترکیبات واثر: دارای ساپونین است (ریشهٔ آن بیش از بخشهای هوایی ساپونین دارد). دارای خواص مسهل ومدر ملایم است و به‌عنوان خلط‌آور در برونشیت مصرف می‌شود.

مصرف: به‌شکل جوشانده (یك لیتر آب سرد را برروی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری از داروی کاملا خرد شده می‌ریزند و پس ازچندساعت آن‌را جوشانده و سرد می‌کنند) و خیلی بندرت به شکل گرد روزی دوبار (۴ـ۲ گرم همراه با آب) مصرف می‌شود از طریق خوراکی در برونشیت. بثورات جلدی، خیزعمومی و یرقان مصرف می‌شود. از طریق خارجی به‌شکل مالیدنی برروی بثورات جلدی مالیده می‌شود. می‌توان ازآن به‌جای صابون برای شستشوی پارچه‌های رنگین استفاده کرد.

Rupturewort

(*Herniaria glabra* L. Glabrous Rupturewort and *Hernaria hirsuta* L. = Hairy Rupturewort, Caryophyllaceae).



شرح: .Glabrous R گیاه کوچك یکساله یا پایا با ساقه‌های بی‌کرك و معمولا خوابیده است. برگهای آن کوچك به‌طول ۱–۰/۵ سانتی‌متر، متقابل، بدون کرك، نیزه‌ای و تیز است. گلها بسیار کوچك (حدود یك‌میلی‌متر) به‌رنگ زرد مایل به‌سبز به‌صورت خوشه‌های محوری ۱۰–۵ تایی است. نوع کرکدار این گیاه با داشتن کرکهایی برروی برگ وساقه متمایزمی‌شود.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك.

زیستگاه و گردآوری: هردو گونهٔ آن در محلهای سنگی خشك در سرتاسر اروپا یافت می‌شود. نوع بدون‌کرك‌آن تنها در خاکهای شنی می‌روید ولی نوع کرکدارآن‌هم برروی خاکهای شنی وهم خاکهای آهکی دیده می‌شود. هردو نوع بومی انگلستان است. گیاه گلدارآن را جمع‌آوری کرده و در سایه می‌خشکانند.

ترکیبات‌واثر: دارای ساپونین، گلیکوزیدی‌به‌نام هرنیارین (Herniarine) ومواد فراراست. هرنیارین‌دردهای همراه‌باعفونتهای مثانه و کلیه را تسکین می‌دهد. به‌عنوان یك مدر، دفع سدیم واوره رابدون افزایش‌مقدار ادرار تسهیل می‌کند. مواد متشکله فعال آن بسرعت تجزیه می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی، به‌صورت تیزان (۳–۲ قاشق غذاخوری دریك‌لیترآب‌دم می‌کنند. نبایدجوشانده شود) ونیزگرد(۴–۲ گرم) روزانه سه‌بار به‌عنوان مدر و مسکن در تحریکات کلیه و مثانه و برای تحریك ترشح سدیم واوره مصرف می‌شود. ازطریق‌خارجی دم کرده آن به‌شکل مالیدنی برای زخمهایی که دیرالتیام می‌یابد به‌کارمی‌رود.

Black Hellebore

خربق‌سیاه

(*Helleborus niger* L., Ranunculaceae), Christmas Rose.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه تنها برروی شیبهای صخره‌ای وجنگلهاوفقط روی‌خاکهای آهکی می‌روید. در اروپای جنوبی و شرقی می‌روید وبه‌صورت یك گیاه زینتی درانگلستان کشت داده می‌شود. ریزوم آن در طـول سال گردآوری می‌شود.

ایران: این گیاه درایران می‌روید.

ترکیبات‌واثر : تمام‌قسمتهای گیاهمخصوصاً ریزوم‌آن حاوی گلیکوزیدهای بسیار فعالی است کـه ریتم قلب را تنظیم کرده و جریان خون را درسرخرگها افزایش می‌دهدودارای اثـر ادرار آور است. خـربق‌سیاه همچنین دارای یك‌ساپونین واسانس فرار است. تمام قسمتهای گیاه بسیار سمی است.

اثر خربق‌های دیگر: هم خربق سبز (H.viridis) و هـم خـربق متـعفن (H.foetidusl) بومی بریتانیاهستند واثرهای مشابهی دارند. هردوگیاه سمی است.

مصرف: خربق سیاه را باید تحت نظر پزشك مصرف‌کرد.



شرح: خربق سیاه گیاهی پایا بطـول ۳۰–۱۵ سانتی‌متر با ریزوم ستبرقهوه‌ای مایل به‌سیاه است. برگهای دمبرگ‌دار آن‌که در زمستان پایدار است چرمی و منقسم به۹–۷ برگچه با حاشیه‌های دندانه‌دار است. گلهای آن سفید یا صورتی به‌پهنای ۸–۳ سانتی‌متر به‌صورت منفـرد روی دمگل‌های دراز، و در جوانی به‌صورت استکانی با ۵ گلبرگ بیضوی وپرچمهای متعدد است. دربین ماههای آذر تا فروردین گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم‌خشك‌شده.

Aconite

تاج‌الملوك

(*Aconitum napellus* L., Ranunculaceae), Monkshood, Wolfsbane.

اقونيطون، گرگ کش



شرح: گیاهی است پایا باریشه مخروطی وغده‌ای که هرساله‌درکنارغدهٔ اصلی آن‌دوباره غده‌ای رشد می کند و لذا در تابستان دونوع غده (غدهٔ اصلی و غدهٔ جدید) همراه با هم دیده می‌شوند. ارتفاع ساقهٔ آن تا ۱۵۰ سانتی‌مترمی‌رسد و دارای برگهایی با بریدگی عمیق است. بریدگی تا قاعده برگ پیشرفته و۷ـ۵ لوب می‌سازد. اندازه وشکل لوبها از خطی تا بیضوی متغیراست. گلهای آن به‌رنگ آبی‌تیره است کاسبرگهای گلبرگ‌مانند آن به‌شکل کلاهی خود مانند است و درانتهای شاخه به‌صورت گل آذینی انبوه قراردارد. درماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ازریشه‌های غده‌ای خشك شده وتمام قسمتهای گیاه تـازه یاخشك شده استفاده می‌شود.

زیستگاه‌وگردآوری: در مـراتع کاملا مرطوب و مناطق کوهستانی اروپا یافت می‌شود . گونـه Aconitum napellusl مجموعه‌ای ازواحدهای کمی‌متفاوت برحسب زیستگاه شان‌است که‌می توان آنها را به‌صورت گونه‌های جداگانه بررسی کرد. در بریتانیا ظاهراً به‌صورت وحشی در جنوب و غـرب انگلستان وویلز می‌روید. این گیاه کشت هم‌می‌شود. غده‌های آن‌را درپاییز می‌کارند. گیاه‌را باید هنگامی که گل دارد جمع‌آوری کرده در سایه یا آفتاب خشکانند.

ترکیبات واثر: یکی ازسمی‌ترین گیاهان انگلستان است. دارای آلکالوییدهایی (نظیر آکونیتین) است‌که با مقادیر دارویی برروی سیستم اعصاب مرکزی اثـر می گـذارد. در بعضی نورالژی‌ها وسیاتیکها اثرتسکینی‌دارد. همچنین‌یك تب‌بربوده ودرناراحتیهای‌دستگاه تنفسی ناشی از سرماخـوردگی (چایمـان و برونشیت) مؤثراست.

مصرف: اقونیطون به‌خاطر سمیّت فقـط بایدتحت نظرپزشك‌مصرف‌شود ولی فرآورده‌های هوموپاتیك آن را می‌توان برای درمان سیاتیك، نورالژی وچایمان مصرف‌کرد.

شقایق نعمانی
Pulsatilla

(*Pulsatilla vulgaris* Mill. = *Anemone pulsatilla* L., Ranunculaceae), Pasque Flower, Wind Flower



شرح: شقایق نعمانی گیاهی است پایا به ارتفاع ۴۰-۵ سانتی‌متر و دارای ریزوم ضخیمی است. برگهای آن ریشه‌مانند ودارای دمبرگ درازی است. برگها بریدگی زیادی دارد و به‌هنگام گل دادن به‌صورت یك‌طوقی درمی‌آید. ساقهٔ آن عمودی و دارای گل منفرد با ۶ گلبرگ به‌رنگ آبی تیره و به‌طول ۵/۵-۳ سانتی‌متر با سطح خارجی کرکدار و تعداد زیادی پرچم است. میوه‌های آن کرکدار همراه با یك پر است که درانتهای ساقه جمع شده و پس از گل دادن تا بالای گریبان برگ ادامه می‌یابد.

قسمت مورد استفاده: ازقسمتهای هوایی گیاه به‌صورت تازه‌و بندرت خشك‌شده استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: دردامنه‌های تپه‌های آفتابی سراسراروپا می‌روید. گیاه بومی شرق انگلستان است که برروی شیب‌های آهکی پرعلف یافت می‌شود ودرهنگامی که گل دارد جمع‌آوری می‌شود (فروردین).

ایران: این گونه گیاه در ایران نمی‌روید ولی گونه‌های دیگری ازآن درکشورما یافت می‌شود که اثردرمانی ندارد.

ترکیبات‌واثر: گیاه تازه آن سمی است. مانند سایر گیاهان تیره‌آلاله حاوی‌یك ماده‌تند به‌نام آنمونول(anemonol) یاپروتوآنمونین (Protoanemonine) است که پوست را تحریك می کند. با مقادیر کم یك سرخ‌کنندهٔ پوست است ولی به‌مقدار زیاد تاول‌زاست. پوست ممکن است در اثرتماس ساده با آن تحریك شود واگربرروی پوست مالیده شود اثرآن مشخص‌تر می‌شود. در اثر خشکاندن گیاه این اثرتا حد زیادی ازبین می‌رود.

مصرف: درهوموپاتی ازتنطور آن برای تسکین دردهای قاعدگی به‌مقدار ۱۰ قطره (یا کمتر) سه‌بار درروز استفاده می‌شود.

Ranunculus Species

گونه‌های مختلف آلاله

(Most species of the genus *Ranunculus*, Ranunculaceae). The figure is *Ranunculus ficaria* L., Lesser Celandine, Pilewort.

(تصویر متعلق به‌انجیرك یا علف بواسیر است)

شرح: گونه‌های‌مختلف این‌جنس‌دارای گلهای براق معمولا به‌رنگ زرد یا سفید و بندرت سرخ یا صورتی است. شکل برگهادر گونه‌های مختلف با یکدیگر بسیار متفاوت است.

قسمت مورد استفاده: تقریباً همیشه از گیاه تازه وبندرت از خشك شده آن استفاده می‌شود.

ترکیبات واثر: تمام برگهای تازه وساقهٔ گونه‌های آلاله حاوی ماده بسیار محرك آنمونول (anemonol) با مقادیرمختلف‌است. دراثر خشك‌کردن این ماده تبدیل به‌آنمونین (anemonine) می‌شود که فعالیت کمتری دارد. بهمین دلیل گیاه خشك‌شده سمی نیست. اثر تحریك کنندگی درآلاله‌چمن(R.acris L.) ودر (R. sceleratus L.) کاملا مشخص است. دراثر تماس پوست با قسمتهای مختلف گیاه تازه یك سرخی موضعی ایجاد می‌شودکه ممکن است بعداً به‌تاول تبدیل شود.

مصرف: از این گیاهان بندرت در طب استفاده می‌شود. گاهی به‌عنوان یك محرك در بیماری رماتیسم برروی پوست مالیده‌می‌شود ولی مصرف خوراکی آن خطرناك است. انجیرك قابض است. بدین صورت که گیاه له شده را باچربی مخلوط‌کرده ازطریق‌موضعی در درمان بواسیر به‌کار می‌برند (انجیرك را به‌قطعات کوچك بریده وبا سه‌برابر وزنش‌از چربی ذوب شده به‌مدت ۲۴ساعت‌درحرارت ۴۰ درجه سانتی گراد مخلوط کرده، سپس صاف می کنند وآنقدر بهم‌می‌زنندتاسردشود).

Celandine

مامیران

(*Chelidonium majus* L., Papaveraceae), Greater Celandine. (Not to be confused with Lesser Celandine *Ranunculus ficaria* – see previous page)



قسمت مورد استفاده: گیاه شکوفه‌دار تازه یا خشك‌شده، شیرابه تازه.

زیستگاه و گردآوری: در امتداد جاده‌ها، ساحل رودخانه‌ها واماکن بایرارو‌پامی‌روید. در بریتانیا بطورعمده نزدیك اماکن مسکونی یافت می‌شود. درموقع‌شکوفه‌دادن گردآوری شده ودرسایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: مامیران در نواحی شمالی ایران مانندرودبار گیلان، گرگان، بندرگز،مازندران وبسیاری ازنواحی دیگرمی‌روید.

ترکیبات واثر: مامیران شیرابه‌ای گس، چند آلکالوییدکه از لحاظ ساختمانی شبیه آلکالوییدهای تریاك‌اند و یك ساپونین دارد. این گیاه‌دارای‌اثرضدتشنج(آنتی‌اسپاسمودیك) برروی عضلات صاف (روده، معده وکیسه صفرا) است ونیز برروی ماهیچه‌های رحم‌اثر می گذارد. ازشیرابه‌آن دردرمان زگیل‌استفاده می‌شود ولی اثرآن قطعی نیست. مقادیر زیاد آن سمی نیست.

مصرف: تیزان‌آن (۱ــ۲ قاشق‌غذاخوری آن را به‌مدت ۵دقیقه جوشانده و می گذارند بماند) برای درمان التهاب‌کیسه صفرا ودرد‌های معدی وتسکین آسم (اثرنامعلوم)مصرف می‌شود. شیرابه تازهٔ آن را بــرروی زگیل می‌مالند ولی ممکن است ایجاد زخم کنند.

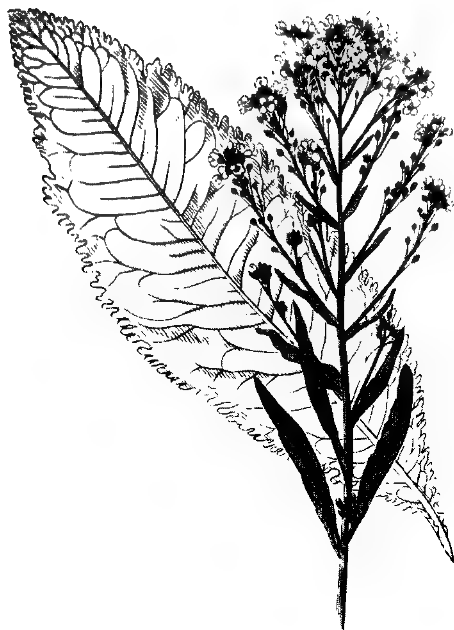
شرح: گیاهی پایا به‌ارتفاع ۳۰ــ۱۰۰ سانتی‌متر با ریزوم مخروطی وستبر است. از تمام قسمتهای گیاه‌درموقع شکسته‌شدن‌شیرابه‌ای گس به‌رنگ زرد نارنجی تراوش‌می‌شود. ساقه‌های آن منشعب وکرك‌دار است. برگها متناوب،کرك‌دار وشانه‌ای است ولی برگهای بالایی منقسم است. رنگ گلهای‌آن ازطلایی تا زرد متغیر است که در یك گل‌آذین چتری شکل مجتمع شــده و دارای چهار گلبرگ و پرچمهای‌متعدداست. دربین ماههای‌اردیبهشت تا خرداد شکوفه می دهد.

Horseradish

ترب کوهی

(*Armoracia rusticana* Gaertn., Mey. & Scherb.=*A. lapathifolia* Gilib. =*Cochlearia armoracia* L., Cruciferae).

ریشهٔ خردل



شرح: گیاهی است پایا که تا ۱/۵ متر ارتفاع دارد، دارای ریشه گوشتی منشعب به طول ۶۰سانتی‌متر وضخامت ۵سانتی‌متراست. برگهای قاعده‌ای آن بزرگ (۳۰–۱۰۰ سانتی‌متر)، نیزه‌ای، با کناره‌های دندانه‌ای ودمبرگ بلند است. برگهای ساقه دمبرگ کوتاه داردواز نظرشکل متفاوت‌است. برگهای پایینی لب‌دارمنقسم یاتقریباً شانه‌ای‌وبرگهای بالایی‌کامل است. مزه‌آن تندوسوزاننده است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ تازه‌وبندرت گرد ریشهٔ خشك‌شده آن‌که‌تأثیر کمتری‌دارد.

زیستگاه‌وگردآوری: این‌گیاه به‌بریتانیا آورده شده است. به‌طور طبیعی‌کاشته می‌شود ودر سطح وسیعی بومی شده است. کشت آن به‌وسیله تکثیرریشه درفاصله ۵۰سانتی‌متری‌در یك‌خاك خوب‌انجام می گیرد. در پاییز گرد- آوری می‌شود.

ترکیبات واثر: ریشهٔ‌آن‌حاوی گلیکوزیدی است‌که پس ازخرد شدن روغن خردل‌که‌مزه تندوتیزی دارد آزاد می کنند. ویتامینC ویك ماده آنتی‌بیوتیکی نیز در آن وجود دارد. از طریق‌خارجی‌ریشهٔ آن‌محرك‌پوست‌وتاول‌زاست. از راه خوراکی بـا مقادیرکم محرك دستگاه گوارش‌است ونیز برای سرفه مصرف‌می‌شود. بـا مقادیر زیاد سبب التهاب مخاط دستگاه گوارش می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی برای درمان برونشیت یا به‌عنوان یك تونیك استفاده می- شود. ریشه خردشده آن‌را می‌توان خورد یا از آن یك شربت سرد تهیه‌کـرد (برش‌های نازکی ازریشه را با شکرمی‌جوشانند. مایعی که بدست می‌آید شربتی‌است‌که روزانه۱–۳ قاشق غذاخوری ازآن می‌خورند). ازطریق خارجی از برشهای ریشه برای رماتیسم یـا روی دملها وکورکها استفاده می‌شود.

توجه: radish(Raphanus sativusL.) خواص مشابهی‌داشته وگاهی برای‌رفع‌التهاب برونشها (Bronchial catarrh) مصـرف می‌شود.

Shepherd's Purse

کیسه‌کشیش

(*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medic., Cruciferae).



شرح: گیاهـی است دو ساله به‌ارتفاع ۱۰ـ۶۰ سانتی‌متر که درسال اول برگهای‌آن یك‌طوقی پایه‌ای تشکیل می‌دهد ودرسال دوم یك‌ساقه شکوفه‌دار ساده یا منشعب ایجادمی‌کند، برگهای آن کرکدار وازنظرشکل‌متفاوت است وبه‌شکل برگهای دراز،کامل،دندانه‌دار یا دارای‌بریدگی عمیق است. برگهای‌بالایی باریك، نیزه‌ای وکامـل است. گلها به‌صورت گل‌آذین فشرده، سفید با پهنای ۳ـ۴ میلی‌متر با ۴ گلبرگ است. میوهٔ‌آن بیضوی، قلبی‌شکل برروی پایه‌هایی به‌طـول ۶ـ۹میلی‌متر قرار دارد. در سرتاسرسال شکوفه ومیوه می‌دهد.

قسمت مورداستفاده: گیاه شکـوفه‌دار خشك.

زیستگاه‌وگردآوری: یکی از رایج‌ترین گیاهانی است‌که در سراسر بریتانیا پراکنده است. در همه نقاط جهان یافت می‌شود. در طول سال گردآوری شده ودرسایه یا حرارت ۳۰ـ۴۵ درجه سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ایران: این گیاه در تمام نواحی ایران بخصوص اطراف تهران، کرج، شمیرانات، مغرب ایران، کردستان، کرمانشاه و گیلان به مقدار فراوان می‌روید.

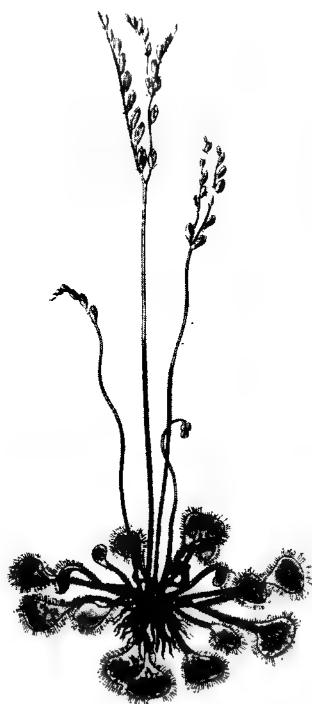
ترکیبات واثر: دارای‌کولین و آمینهای دیگر است، یك منقبض‌کننده عـروق است و به‌عنوان بندآورنده خون دربعضی ازقسمتهای بدن بویژه درکمك به‌انقباض رحـم مصرف می‌شود (این اثر بحدی ضعیف است‌که ازآن استفاده نمی‌شود).

مصرف: یك‌لیترآب سردرا برروی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری از گیاه ریخته، جوشانده و می‌گذارند بماند: در درمان قاعدگی زیـاد هشت روز پیش از شروع قاعـدگی مصرف می‌شود. برائ خونریـزیهای دیگر رحم نیز مصرف می‌شود ولی درچنین مواردی باید با پزشك مشورت‌کرد. اثرآن در خونریزیهـای دیگر (بینی، معده) نامعلوم است.

Sundew

دروزرا

(*Drosera rotundifolia* L. = Round-leaved Sundew,
D. anglica Huds.em.Smith = Great Sundew,
D. intermedia Hayne = Long-leaved Sundew, Droseraceae).



شرح: دروزرا گیاه کوچك بادوامی است به‌ارتفاع ۵–۲۵ سانتی‌متر با ساقهٔ باریك، بدون کرك، مایل به‌سرخ که اغلب خمیده است. برگهای آن بیضوی یا گرد به‌قطر ۵–۱۰ میلی‌متر با دمبرگهای دراز و دارای تارهای غده‌ای فراوان به‌بلندی ۱۰ میلی‌متر که حتی در شرایط خشك هرکدام قطره موسیلاژی کوچکی ترشح می‌کنند. گلهای آن سفید و به‌قطر ۵–۸ میلی‌متر است. گیاهی است حشره‌خوار، تارهای غده‌ای برگها حشره را نگه می‌دارد و سپس به‌وسیلهٔ شیره‌های گوارشی ترشح شده از برگ جذب می‌شود.

قسمت مورد استفاده: کلیهٔ قسمتهای گیاه گلدار، تازه یا خشك (بدون ریشه).

زیستگاه و گردآوری: در باتلاقها و محلها یا جنگلهای مرطوب بریتانیا، البته نه به‌مقدار زیاد یافت می‌شود.

ترکیبات و اثر: ترکیبات این گیاه بخوبی شناخته نشده است. پلومباگین Plumbagine و هیدروکسی پلومباگین Hydroxy-Plumbagine آن از مواد ضد اسپاسم است. دارای چند فلاونوئید نیز هست. از دروزرا به‌عنوان خلط‌آور و ضد تشنج در سرفه‌های همراه با خارش وسیاه سرفه استفاده می‌شود.

مصرف: به‌طور کلی به‌شکل تنتور (۱۰–۲۰ قطره درآب سه باردر روز) یا درفرآورده‌های اختصاصی سیاه سرفه و گاهی نیز برای سرفه‌های مزمن مصرف می‌شود.

Orpine

(*Sedum telephium* L., Crassulaceae), Livelong, Life Everlasting, Orpine Stonecrop



شرح: گیاه زیبا و پایایی است که تا ۶۰ سانتی‌متر ارتفاع دارد و ریشه‌های متورم آن شبیه به‌ریشهٔ شلغم است. ساقه آن عمودی، ساده و بندرت منشعب به رنگ سبزمایل به‌آبی یا سرخرنگ است، برگهای آن به شکل متقابل، پیچدار یامتناوب به‌طول ۶ سانتی‌متر، بیضوی، گوشتدار با حاشیه‌های نامنظم دندانه‌ای یا کامل است. گلهای آن بزرگ به‌شکل چترهای فشرده، به‌رنگ سفید، سبز مایل به‌زرد، زرد مایل به‌قرمز یا ارغوانی مایل به‌قرمز است. در بین ماههای خرداد تا شهریور شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: معمولاً از برگهای تازه و بندرت از تمام گیاه خشک شده‌هم استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: در محلهای آفتابی خشک، روی صخره‌ها، دیوارها وساحل رودخانه‌های اروپای شمالی و مرکزی و اکثر استانهای بریتانیا می‌روید. درباغها و خانه‌های روستایی کشت داده می‌شود. هنگامی که شکوفه دارد گردآوری‌شده ودر آفتاب خشکانده می‌شود.

ترکیبات و اثر: ترکیبات آن کمی شناخته شده است ولی تانن و موسیلاژ دارد. گیاه تازه یا خشک آن کمی پوست را سرخ می کند. اثر مدر منسوب به‌آن نامعلوم و اثرمحرك آندروی گاو مشکوك است.

مصرف: برگ کوبیده و ساییده شدهٔ آن برروی زخمهای چرکی برای تسریع التیام زخم مالیده می‌شود. پماد شفا دهندهٔ آن نیز به شکل تجارتی عرضه می‌شود.

Wall-pepper

گل ناز

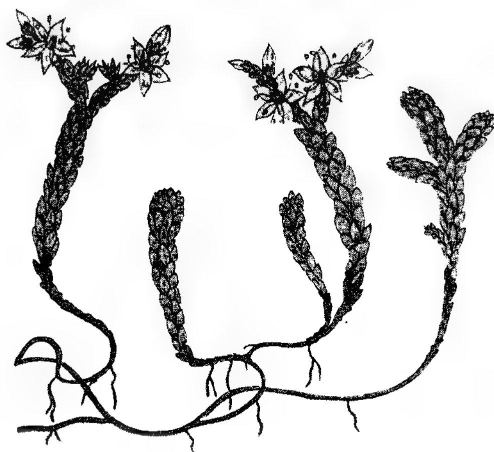
(Sedum acre L., Crassulaceae*)*, Common Stonecrop.

شرح: گیاهی است پایا به ارتفاع ۵–۱۵ سانتی‌متر با ساقه‌های زیاد پربرگ که تشکیل پوشش می‌دهد. برگهای آن کوچک (۳–۴ میلی‌متر)، بی‌ساقه، استوانه‌ای، گوشتی است و مزهٔ تندی دارد. گلها به‌شکل گل‌آذین انتهایی به رنگ زرد پررنگ، به‌قطر ۱/۵ سانتی‌متر با ۵ کاسبرگ و ۵ گلبرگ است. دربین ماههای اردیبهشت تا مرداد شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای تازه یا خشک‌شده گیاه. بنظرمی‌رسد موقعی که برگها پژمرده می‌شوند بیشترین تأثیر را دارند.

زیستگاه و گردآوری: درمحلهای خشک آفتابی، روی دیوارها، سنگها، صخره‌ها، پشت‌بامها، کنار جاده‌ها و مزارع بریتانیا می‌رویند. در موقع چیدن این گیاه را نباید با 'insipid Stoncrop'(S.Sexangulare L.) که روی دیوارهای قدیمی در بعضی ازمناطق بریتانیا وجوددارد اشتباه کرد. گلهای این گیاه کوچکتر بوده و مزهٔ تند ندارد.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثر این گیاه کاملا شناخته نشده است. آلکالوییدهای آن سبب تحریك ملایم می‌شود که با خواب آلودگی همراه است، همچنین مردمك چشم را منبسط کرده وفشارخون را پایین می آورد. اسیدهای آلی نیز دراین گیاه وجود دارد. برگهای تازهٔ له شدهٔ آن محرك پوست است. با مقادیرزیاد ایجاد سردرد، تهوع و سرخوشی خفیف می کند، بنا براین باید به‌عنوان یك گیاه سمی محسوب شود.



مصرف: معمولاً گیاه ساییده شده را برای تسریع التیام روی زخمها و یا درمان زگیل و کورك روی آنها می‌مالند. این اثرقطعی نیست. ازطریق خوراکی مصرف نمی‌شود.

Quince

به

(*Cydonia oblonga* Mill., Rosaceae), Quince seed.

زیستگاه و گردآوری: منشأدرخت به از قسمتهای شرق آسیاست ولی فعلاً در سراسر دنیا کاشته می‌شود. در بریتانیا به‌خاطرمیوه‌اش کاشته می‌شود و گاهی نیز به صورت وحشی دیده می‌شود. هنگامی که از میوه جهت مربا استفاده می‌شود، دانه‌های آن را جدامی کنند معمولاً از ایران و عراق صادر می‌شود. در ۴۰-۵۰ درجه سانتی گراد خشك می‌شود.

ایران: درخت به‌درایران پرورش می یابد و به‌حالت وحشی نیزدرنواحی مختلف شمال مانند گرگان، گیلان وغیره می‌روید.

ترکیبات واثر: پوشش خارجی دانهٔ به حاوی موسیلاژی است که درمجاورت آب یك محلول چسبندهٔغلیظ تشکیل می‌دهد. این‌محلول‌در مجاورت‌شیره‌های گوارشی‌روده ومحلول بسیار رقیق نمك طعام به‌صورت‌ژل درمی‌آید. قسمت داخلی دانه‌آن پروسیك‌اسید (Prussic acid) دارد که‌ترکیبی خطرناك‌است‌و در نتیجهٔ‌خوردن تمام دانه اثرهای سمی‌حاصل می‌شود. موسیلاژ به‌تحریك مخاطها را کاهش داده و یك مسهل ملایم است.

مصرف: به شکل موسیلاژ مصرف می‌شود (یك قاشق مرباخوری از دانهٔ به را در یك فنجان آب ولرم بریزید تا متورم شودوسپس دانه‌ها را از موسیلاژ حاصل جداکنید). از میوه کامل به که درآب متورم شده است نیز استفاده می‌شود. ازطریق‌خوراکی این‌موسیلاژ به‌عنوان‌یك‌مسهل‌ملایم مصرف می‌شود. همچنین به‌شکل غرغره یادهان شویه‌برای رفع‌التهاب گلو و دهان ازآن استفاده می‌شود.



شرح: به درخت یا درختچه‌ای است که ارتفاع آن تا ۸ مترمی‌رسد. برگهای جوان آن بیضوی، کرکدار و مایل به خاکستری است. شکوفه‌های آن به‌طول ۳-۵ سانتی‌متر، به‌رنگ سفیدیاصورتی است. میوهٔ آن کرکدار، به‌شکل گلابی یاسیب است و در قسمت‌مرکزی دارای پنج توده بهم چسبیده است که‌هر یك ۸-۱۶ دانه دارد. دانه‌های آن‌قهوه‌ای، به‌طول تقریبی ۱۰ میلی‌متر، بیضوی ومسطح است.

قسمت مورد استفاده: دانه‌های خشك شده.

زالزالك گل

ترشه‌ولیك، سرخ ولیك

Hawthorn

(*Crataegus monogyna* Jacq. and *Crataegus laevigata* (Poir.) DC., [=C. oxyacantha L. nom. ambig.] Rosaceae), May, Whitethorn.



شرح: این گیاه به‌شکل درختچه‌یا درخت کوچك با ارتفاع متوسط است. شاخه‌های آن دارای تیغهای تیزی به‌بلندی ۱/۵ سانتی‌متر است. پایه‌برگها کوتاه بوده‌وکم‌وبیش‌لوبهای عمیق دارد (برگهای گونه C. monogyna لوبهای‌عمیق‌تری‌دارد). شکوفه‌های آن که‌درماه اردیبهشت‌وتیردرمی‌آید به‌طول ۱-۵ر۱ سانتی‌متر ۵ گلبرگ‌سفید و ۲-۳ خامهٔ سبزمایل به‌سفید دارد (درگونهٔ C. monogyna یك خامه وجود دارد). میوه‌اش بیضوی، به‌قطر ۸-۱۲ میلی‌متر، قرمز روشن (و بندرت زرد یا مایل به‌سفید) است.

قسمتهای‌مورد استفاده: میوه‌وشکوفهٔ تازه یا خشك شده. ازبرگهای خشك شده‌آن بندرت استفاده می‌شود و اثرکمتری دارد.

زیستگاه وگردآوری: هردوگونه‌این‌گیاه دربیشه‌ها، حصارها، جنگلهای باز وبرگ‌ریز و در مناطق صخره‌ای می‌روید. غالباً برای ایجاد پرچین کاشته می‌شود. در سراسر اروپا پراکنده و در بریتانیا فراوان است.

ایران: گونه C. monogyna درنواحی مختلف البرز،رضاییه، بروجرد، گرگان، اراك، کلاردشت، شمال تهران و کرج می‌روید. در گرگان به‌نام محلی سرخ ولیك موسوم است. وجودگونه‌C. oxyacantha درایران‌مشکوك به‌نظرمی‌رسد.

ترکیبات و اثر: کاملا شناخته نیست‌ولی دارای گلیکوزیدهای فلاونی و کاتشین است، ترکیبات‌این‌گیاه جریان‌خون‌را درسرخرگهای کرونر قلب تسریع کرده و حال عمومی بیمار مبتلا به بی‌نظمی قلب را بهبود می‌بخشد. این اثر تنها پس ازیك دوره درمان طولانی دیده می‌شود. هیچگونه‌اثری برروی بیماریهای ارگانیك قلب ندارد.

مصرف: اصولا به‌شکل تنطور تهیه شده‌از میوه و شکوفه مصرف می‌شود (۱۰-۳۰قطره درنصف لیوان آب سه بار در روز). تیزان آن اثرکمتری دارد. ازگیاه فوق دربیماری‌های قلبی با منشأ عصبی استفاده می‌شود که به‌عنوان یك‌مسکن عمومی اثرمی‌کند، همچنین برای درمان افزایش فشار خون وناراحتیهای یائسگی مصرف می‌شود.

Blackberry

تمشك

(*Rubus fruticosus* agg., Rosaceae), Bramble.

قسمت مورد استفاده: برگهای خشك‌شده.

زیستگاه و گردآوری: در حاشیه‌حصارها و جنگلهای بریتانیا و اروپا پراکنده است، برگهای آن‌را معمولاً در بین ماههای خرداد-مرداد گردآوری کرده در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: گونه‌های فرعی این گیاه درغالب نواحی شمال ایران، رودبار، شمال غربی و اطراف تهران می‌روید. گونه‌های خاردار این گیاهان‌دارای اسامی محلی زیراست:(تمشك). در تهران، (لم) درنور، (تموش‌بورتیکان) در رامیان، (ولش) درگیلان، (هندل) درآستارا، (تورك) درکردستان.

ترکیبات و اثر: برگهای این گیاه حاوی تانن و احتمالاً مقدار ناچیزی اسانس فرار است که به‌عنوان ضد اسهال و برطرف‌کنندهٔ التهاب مخاطها استفاده می‌شود. این اثر غالباً زیاد تخمین زده می‌شود و اثر مسکن یا خواب‌آورعمیق منسوب به‌آن بسیار ضعیف یا هیچ است.

مصرف: به‌شکل تیزان (یك لیترآب سرد را روی یك مشت برگ ریخته، به‌مدت ۲ـ۳ دقیقه می‌جوشانند) برای از بین بردن اسهال یا به‌عنوان غرغره یا دهان شویه برای رفع التهاب گلو یا دهان استفاده می‌شود (زیاد مؤثرنیست) برروی زخمها نیزمالیده می‌شود. گاهی جایگزین‌چای می‌شود. برای این‌منظور برگها را پس از گردآوری به‌مدت چند روز رویهم انبار می کنند وسپس خشك می کنند، بدین‌ترتیب رنگ‌آن قهوه‌ای مایل به‌سبز شده ومزه مطبوع‌تری پیدا می کنند.



شرح: این‌گیاه به‌اشکال فراوانی وجود دارد و معمولا جزءگیاهان بالارونده‌محسوب می‌شود. گیاهی دوساله است و شاخه‌های‌خار دارآن تنها درسال اول برگ می‌دهد،شکوفه ومیوه‌های شناخته شده‌آن در سال دوم روی شاخه‌های جانبی ایجاد می‌شود. برگها شانه‌ای با ۳ یا ۵ برگچه است و خارهایی روی دمبرگ آن دیده می‌شود. برگچه‌های آن‌کرکدار وهردوسطح‌آن خشن است. سطح تحتانی پهنك درخشنده نیست و دارای‌حاشیهٔ دندانه‌ای است، مزهٔ برگ آن قابض (گس) است.

Tormentilla

(Potentilla erecta (L.) Rausch =*P tormentilla* Stokes, Rosaceae*)*,
Septfoil, Common Tormentil



شرح: گیاهی است پایا با ریزوم ستبر بەرنگ قهوه‌ای‌مایل بەقرمز بەضخامت ۰/۵–۳ سانتی‌متر که بلندی آن تا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد. سطح بریده شده ریزوم تازه وجوان آن سبزرنگ‌است،سطح داخلی ریزومهای قدیمی‌تر قرمز مایل به‌قهوه‌ای است. ساقه‌های آن نازك، منشعب به‌ارتفاع ۵–۲۰ سانتی‌متر و بندرت تا ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد، برگهای آن، سه تایی باگوشوارکهای بزرگ ومنقسم بوده وبرگچه‌ها باریك و دندانه‌دار است. اندازهٔ گلها ۳–۱۵ سانتی‌متر وبه‌رنگ زرد روشن و دارای۴گلبرگ است (تفاوت با سایرگیاهان این خانواده‌که ۵گلبرگ دارند)، درماههای خرداد تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌شده.

زیستگاه و گردآوری: برروی زمینهای بایر، خلنگزارها و مراتع اروپا می‌روید. در خاکهای کمی اسیدی بریتانیا به‌طور عادی می‌روید. ریزوم آن‌را می‌توان درطول تابستان یا پاییزجمع‌آوری کرد. بایدآن‌را بسرعت در آفتاب خشکاند.

ترکیبات واثر: ریزوم آن دارای تانن فراوان و مقدارکمی قند است. به‌عنوان یك داروی ضد اسهال ماده قابضی است.درزخم‌های سیکاتریزان یك داروی ضد التهاب و تسکین‌دهندهٔ سوختگیها است.

مصرف: ازطریق خوراکی بهتر است به شکل گرد برای‌توقف‌اسهال خورده شود (یك نوك چاقو۳–۵بار در روز همراه با آب، یا چای)، همچنین گاهی برای این منظور آن‌را به شکل‌جوشانده(به‌مدت ۵–۱۰دقیقه‌می‌جوشانند) مصرف می‌کنند. برای درمان قاعدگی اثر آن قطعی نیست. دم‌کرده این گیاه رامی‌توان به‌شکل لوسیون برای‌ازبین‌بردن التهاب دهان، گلو یا مهبل به‌کار برد. برای سوختگیها و آفتابزدگی‌مالیدن جوشاندهٔ‌آن به‌شکل‌لوسیون یا کمپرس تسکین دهنده والتیام بخش است (درموارد سوختگیهای شدید باید به‌پزشك مراجعه شود).

علف نقره‌ای

Silverweed

(*Potentilla anserina* L., Rosaceae), Wild Tansy.

توت‌روباه



شرح: علف‌نقره‌ای گیاهی است پایا باریزوم ضخیم و درازکه ازخزیدن ساقه‌های‌خوابیدهٔ آن‌درمحل بندها درخاك ریشه‌های نابجاایجاد می‌شود. دارای برگهای دراز به‌طول ۲۰ سانتی‌متربا ۱۱–۲۱ برگچه است. این برگچه‌ها به‌شکل طولی وعمیقاً دندانه‌دار هستند. سطح بالایی آنها سبزوکمی کرکدار وسطح پایینی مایل به‌سفید ونرم می‌باشد. گلهای آن زیبا به رنگ زرد تا طلایی و به‌ضخامت ۲ سانتی‌متر است که به‌طور منفرد برروی ساقه‌ها ظاهر می‌شود. بین خرداد تا پاییزشکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: گیاهی علفی که درحاشیه جاده‌ها، محلهای بایرومراتع‌مرطوب اروپا می‌روید. گیاه گلدار گردآوری شده و بهتراست این‌کار در مردادماه انجام گیرد. در سایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: درنواحی‌شمالی‌ایران، مرزن‌آباد و دشت ارژن می‌روید.

ترکیبات واثر: علف نقره‌ای حاوی‌تانن است، به‌همین جهت به‌عنوان قابض و ضد اسپاسم در اسهال و اسپاسمهای رحم مصرف می‌شود. خاصیت ضد التهاب نیز دارد.

مصرف: ازطریق خوراکی به‌شکل تیزان (یك‌مشت ازگیاه‌را دریك لیترآب‌سردریخته، برای۵دقیقه‌جوشانده‌می‌گذارند بمانند) یا گرد (یك‌نوك‌چاقوازگیاه‌راباآب، یا چای مخلوط کرده۳–۵باردرروزمی‌نوشند) برای‌ازبین‌بردن دردهای قاعدگی و اسهالهای همراه باقولنج نیز مصرف می‌شود. ازطریق خارجی دم‌کرده آن برروی زخمها مالیده می‌شود.

Five-leaf Grass

پامچال

(*Potentilla reptans* L., Rosaceae), Creeping Cinquefoil, Five Fingers.

پنج انگشت ، پنج برگ



شرح : پامچال گیاه خزندهٔ پایایی است با ریزوم چوبی که با خزیدن ساقه‌های آن که تا یك‌متر می‌رسد و نازك، کرکدار و اغلب به‌رنگ مایل به‌قرمز است تکثیر می‌یابد. محل بندها ایجاد ریشه‌های نابجا می‌کند. برگهای آن انگشتی، دارای ۵ و بندرت ۷ برگچه و دمبرگ‌دراز است. هر برگچه بیضوی یا نیزه‌ای است، هردوسطح آن کرکدار وحاشیه‌اش دندانه دار است. گلهای آن معمولاً به‌شکل منفرد و روشن روی ساقه‌های دراز درمقابل برگها با ۵ گلبرگ قرار گرفته است. در بین ماههای اردیبهشت تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه شکوفه دار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری : پامچال روی دیوارها، درمراتع، محلهای بایروحاشیه‌جاده های اروپا می‌روید. دربریتانیا به‌طورعمده‌در خاکهای قلیایی و خنثی بسیار دیده می‌شود، گیاه‌گلدار پیش از ماه مرداد گردآوری شده و درسایه یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ایران : این گیاه درنواحی‌جنوبی‌ایران، اطراف تهران، تفرش، خوی، بروجرد، الوند، رضاییه، شیراز، و بندرگز می‌روید.

ترکیبات و اثر: تنها مادهٔ شناخته شدهٔ پامچال‌تانن است. به‌عنوان یك داروی‌قابض، ضد اسهال و ضد التهاب مصرف می‌شود.

مصرف: ازطریق‌خوراکی بندرت به‌شکل تیزان (دومشت ازگیاه را با یك لیترآب‌سرد به‌مدت ۵ دقیقه می‌جوشانند) برای درمان اسهال مصرف می‌شود (در این مورد گیاه tormentilla مؤثرتراست)، ازطریق خارجی از دم‌کرده‌آن‌برای شستشوی زخمهاو به‌عنوان دهان شویه برای رفع تحریکات گلو ولثه‌ها استفاده می‌شود.

Golden Potentilla

(*Potentilla aurea* L., Rosaceae).



شرح : گیاهی پایا به‌ارتفاع ۵ـ۲۰ سانتی متر و دارای ریزومی نسبتاً ضخیم است، شاخه‌های آن معمولاً خمیده، اغلب منشعب و حاوی برگهای فراوان است. دارای برگهای انگشتی با پنج برگچه با حاشیه و سطح تحتانی کرکدار است. آزمایش برگهای ریشه آن به شکل طوقی است، گلهای این گیاه روی دمگلهای دراز، به‌قطر ۳ سانتی‌متر قرار دارد، گلبرگها به‌رنگ زرد روشن با یك لکهٔ نارنجی بر روی سطح پایینی است. دربین ماههای تیر تا مهر شکوفه می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه و گردآوری : این گیاه دررشته کوههای آهکی اروپای مرکزی در ارتفاع ۱۴۰۰ـ۲۶۰۰ متر از سطح دریا می‌روید. دربریتانیا نمی‌روید. گیاه گلدار گردآوری‌شده درسایه‌یا آفتاب خشکانده می‌شود.

ترکیبات و اثر: حاوی مقادیرزیادی‌تانن است که به‌عنوان قابض دراسهال ونیز به‌عنوان داروی ضد التهاب ازآن استفاده می‌شود.

مصرف: از طریق خوراکی به‌شکل تیزان (مانند tormentilla تهیه می‌شود) برای درمان اسهال به‌کار می‌رود. از راه خارجی جوشاندهٔ آن به‌شکل مالیدنی روی زخمها و نیز برای کشیدن چرك لثه‌های عفونی استفاده دارد

Avens

(*Geum urbanum* L., Rosaceae), Herb Bennet, Geum, Wood Avens.



شرح: گیاهی است علفی وپایا به‌ارتفاع ۲۵ــ۱۳۰ سانتی‌متر. ریزومــی به‌طول ۳ــ۷ سانتی‌متر به‌ضخامت ۱ــ۲ سانتی‌متر دارد. ساقهٔ آن بندرت منشعب است و باقیمانــده‌ی یك طوقی‌قاعده‌ای برروی دمبرگ کوتاه برگهــا داردکه درزمستان‌هم می‌ماند. ساقه‌ها کرکدار است وبرگهایی رو به‌پایین دارد. این برگها دارای سه‌لوب بوده‌و کرکدارند وحاشیه‌های دندانه‌ای یاکنگره‌ای دارند. رنگ گلهای آن زرد روشن، به‌قطر ۵ــ۷میلی‌مترو به‌شکل‌خوشه‌هــای بسیار بازبرروی ساقه‌های دراز قــرار دارد. در بین ماههای اردیبهشت تا مهــر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك‌و گاهی تمام قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه درجنگلها، ساحل رودخانه‌ها، برروی خاکهای‌مرطوب و در بیشتــر قسمتهای اروپا پراکنده است و به وفور درانگلستان، ایرلند وجنوب اسکاتلنــد می‌روید. در موقعی که‌گل دارد گیاه را گرد-آوری می کنند.

ترکیبات و اثر: این گیاه حاوی اسانس فراراست، ترکیب‌اصلی آن‌اوژنول(eugenol) است که در گیاه زنده به‌شکل گلیکوزید است ولی درطی خشك شدن به‌شکل اوژنول آزاد می‌شود. تانن فراوان و یــك ترکیب تلخ از ترکیبات دیگر این گیاه است. دارای خواص ضد اسهال، ضد التهاب و قابض است.

مصرف: تیزان این گیاه از راه خوراکی (یك قاشق غذاخوری‌ازگیاه سابیده را دریك لیترآب بجوشانید وبگذارید سرد شود) برای اسهال و ناراحتی معده مصــرف می‌شود. در استعمال خارج آن‌را برروی زخمها می‌مالند.

Alpine Avens

(*Sieversia montana* (L.) R.Br., Rosaceae).

شرح: این درخت دارای یك ریشهٔ اصلی ستبر است. ارتفاع ساقهٔ آن تا ۳۰ سانتی‌متر می‌رسد و درطول محور آن برگهای رادیکال ویك گل منفرد قراردارد. برگهای آن دارای بریدگیهای عمیق باکرکهای ترشحی است و لب انتهایی آن خیلی بزرگتراز لبهای کناری است. برگهای ساقه کوچك، کامل و دارای سه لب است. قطر گلهای آن ۳-۴ سانتی‌متر، به رنگ زرد روشن وعمودی است. میوه‌اش بسیار کرکدار وتقریباً دارای سرکروی است.



قسمت مورد استفاده: ریزوم خشك یا تمام قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه درمرغزار-های آلپ که خاك سیلیسی دارند در ارتفاع ۱۶۰۰-۲۸۰۰ متری از سطح دریا می‌روید. گیاه گلدار آنرا جمع آوری می کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند. گیاه فوق درانگلستان وجود ندارد.

ترکیبات واثر: دارای مقادیرزیادی تانن است وبه‌همین جهت خاصیت قابض دارد.

مصرف: از راه خوراکی برای درمان اسهال مصرف می‌شود (دم کرده آنرا مانند دم کردهٔ گیاه tormentilla تهیه می کنند.

Meadowsweet

اسپیره

(*Filipendula ulmaria* (L.) Maxim. = *Spiraea ulmaria* L., Rosaceae), Bridewort.



شرح: گیاهی پایا با ریزومی ستبر است. برگهای آن شانه‌ای نامنظم است و برگچه‌های بزرگتر به‌طور متناوب با برگچه‌های کوچکتر روی محور اصلی خوشه قرار دارد. رگبرگ برگچه‌ها خیلی برجسته است، سطح فوقانی آنها سرخ کم‌رنگ و سطح تحتانی نقره‌ای و کرکدار است. ارتفاع ساقه که اغلب مایل به‌سرخ است به‌یك متر می‌رسد. گلهای آن کوچك، سفید، با پنج کاسبرگ، پنج گلبرگ و پرچمهای زیاد به‌شکل (دیهیم) است. در فاصله ماههای خرداد تا مرداد گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: گلهای خشك و بندرت ریشه وریزوم خشك گیاه.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در باتلاقها و مردابها ودرکنار رودخانه‌ها می‌روید. در بریتانیا واروپا فراوان است. گلهای آن را هنگامی که کاملا بازشده گردآوری می‌کنند و ساقه‌اش را با دست یا الك جدا می‌کنند. در سایه ودرحرارت کمتر از ۴۰ درجه‌سانتی گراد آن‌را می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: دارای مقادیر کمی اسانس فرار، مشتقات اسیدسالیسیلیك (نام آسپیرین، که یك‌مشتق اسیدسالیسیلیك است، از نام‌لاتین Spiraea گرفته شده است که قبلا به‌این گیاه اطلاق می‌شد) ومشتقات فلاونویید است. ریشه این گیاه حاوی تانن است که خاصیت قابض دارد. از گلهای آن عمدتاً به‌عنوان تب بر، عرق‌آور و پیشاب‌آور ملایم استفاده می‌شود.

مصرف: تیزان این گیاه (نیم‌لیتر آب جوشیده را برروی یك‌قاشق غذاخوری گل آن بریزید وبجوشانید) اساساً به‌عنوان تب بر درمواردی نظیر آنفلوانزا، رماتیسم ونیز خیز عمومی بدن مصرف می‌شود. ازجوشانده‌ریشه این گیاه اغلب برای درمان اسهال استفاده می‌شود.

Lady's Mantle

گل آویز

(*Alchemilla vulgaris* agg., Rosaceae), Lion's Foot.

قسمتهای مورد استفاده: برگ خشك شده وبندرت گیاه گلدار خشك شده برای مصرف محلی.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درمرغزارها، مراتع، بیشه‌زارها و صخره‌های اروپای شمالی و مناطق کوهستانی اروپای مرکزی و جنوبی می‌روید. تقریباً در سراسر بریتانیا و بندرت درجنوب‌شرقی انگلستان دیده‌می‌شود. یازده گونه A. vulgaris تاکنون مشخص شده است. بهتراست آن را پیش‌ازنیمه مرداد گردآوری کرد ودرسایه یا آفتاب خشکاند.

ایران: گل‌آویز درنواحی شمالی ایران، اطراف‌تهران، نواحی‌مختلف البرز، دامنه‌های شمال تجریش منتهی به‌رودخانه پس‌قلعه و امامزاده‌ابراهیم گیلان می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات فعال این گیاه به‌طورکامل شناخته‌نشده است. تانن‌آن‌خاصیت ضدالتهاب‌وضداسهال دارد. مصرف‌درازمدت آن ناراحتیهای یائسگی و قاعدگی زیاد را تسکین می‌دهد ولی این اثرتأیید نشده است.



شرح: گیاهی است علفی، پایا به‌ارتفاع ۱۰ـ۵۰ سانتی‌متر. دارای شاخه‌های منشعب، شده‌ای یا کرکدارو برگهای کم‌است. برگهای رادیکال‌آن، به‌قطر ۳ـ۸ سانتی‌متر غالب مدور با ۷ـ۱۱ لب مدور، چین‌دار (شبیه صدف) تا کاملا مسطح، بدون کرك یا کرکدار غیر ابریشمی که حاشیه‌ای دندانه‌ای دارد. قطر گلها ۳ـ۵ میلی‌متر، به‌رنگ زرد مایل به‌سبز وغیرمتناوب است. بین‌اردیبهشت ماه وپاییز گل می‌دهد.

مصرف: گل‌آویز به‌شکل تیزان (یك لیتر آب‌سرد را روی یك‌مشت برگ‌ریخته به‌مدت ۲ـ۳دقیقه بجوشانید) برای اسهال وقاعدگی زیاد(روزانه۱ـ۲فنجان به‌مدت ده‌روز پیش‌از قاعدگی تا پایان‌دورهٔ آن)مصرف‌میشود. همچنین دریائسگی(ازسن ۴۰سالگی به‌مدت ده‌روزدر هرماه) خورده می‌شود. دراستعمال خارج آن را روی زخم می‌مالند. علاوه براین از این گیاه در دامپزشکی برای درمان اسهال‌استفاده می‌شود.

Alpine Lady'sMantle

(*Alchemilla alpina* L. and *Alchemilla conjuncta* Bab., Rosaceae).



شرح : گیاهی است علفی و پایا به‌ارتفاع ۱۰ـ۲۰ سانتی‌متر. برگهایش به‌قطر ۳ـ۷ سانتی‌متر، دمبرگدار، مانند برگهای پنجه‌ای منقسم به ۵ـ۷ (و بندرت ۹) بخش است که همیشه نزدیك وسط رگبرگ چین‌دار است. این بخش‌ها نیزه‌ای شکل، به‌رنگ سبز تیره با سطح فوقانی بدون کرك و حاشیه‌های براق و سطح تحتانی نرم‌وابریشمی براق است. گلهای این گیاه کوچك، نامشخص، به‌رنگ‌زردمایل به‌سبز و سنبله‌های کوچك برروی شاخه‌های منشعب عمودی است. دربین ماههای خردادتا مرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: بـرگ خشك‌شده. همچنین بندرت برای مصارف‌خانگی از برگهاو پاجوشهای گلدار که ازخودبرگها کم ارزش‌تر است، استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: ایـن گیاه در رشته کوههای اصلی اروپا وجود دارد و درمراتع کوهستانی وروی‌صخره‌های سنگی دراسکاتلند، شمال انگلستان و ایـرلند می‌روید. گـونه A. conjuncta در کوههای آلپ فرانسه و سوییس یافت می‌شود. این گیاه‌در بریتانیا بندرت مشاهده شده است. باید هـرچه زودتـر (بین ماههای‌خرداد تااوایل‌مرداد) آن راگردآوری کرد و در سایه و سرانجام در آفتاب آن را خشکاند.

ترکیبات ، اثر و مصرف: مانندگیاه گل آویزاست (صفحهٔ قبل). ازنظرسنتی عقیده بر این‌است که این گیاه مؤثرتر از گل‌آویز است ولی‌این موضوع تاکنون به‌اثبات نرسیده‌است.

غافث

Agrimony

(*Agrimonia eupatoria* L., Rosaceae), Cocklebur, Stickwort.



شرح: گیاهی است پایا با شاخه‌های عمودی ساده و گاهی منشعب و پوشیده‌ازکرک که ارتفاع آن بین ۵۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر است. طول برگها تا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد و تك شاخه‌ای‌وبسیار کرکدار است. گلهای آن‌دارای يك‌سانتی‌متر قطر، زردرنگ و به‌شکل سنبله است. گلها یکی پس از دیگری از قاعده تا محور گل آذین بازمی‌شود. درفاصله ماه‌خرداد تا پاییز گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه در کنار جاده‌ها، محلهای مرطوب و مراتع پست در بیشتر نقاط اروپا می‌روید. معمولاً در بریتانیا بجز شمال اسکاتلند یافت می‌شود. در موقع گل‌دادن آن راگردآوری می کنند (بهتراست این کار قبل ازنیمهٔ مردادماه انجام‌گیرد) ودر سایه در حرارت کمتراز ۴۰ درجه سانتی گراد می خشکانند.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی‌ایران، رودبار، جنوب‌ونواحی غربی، اطراف‌تهران، کرمانشاه، تفرش، ارومیه، کـرج و خراسان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی تانن، مقدار کمی اسانس فـرار و رزین است. دارای اثرات قابض، ضدالتهاب وضد میکربی است.اثرآن برروی ترشح صفرا، دفع سنگهای صفراوی‌و افزایش دفع ادرار مشکوك است.

مصرف: از راه خوراکی تیزان این گیاه (يك لیتر آب سرد را برروی يـك‌مشت گیاه بریزید، بجوشانید وبگذارید سـرد شود) را برای‌درمان اسهال، احتباس صفـرا والتهاب کلیه‌ها ومثانه مصرف می کنند. همچنین برای دفع سنگهای صفراوی توصیه شده است ولی اثرآن قطعی نیست. ازراه استعمال خارج، دم کرده‌آن به‌شکل لوسیون برای مخاطهای‌ملتهب دهان وگلـو استفاده می‌شود و آن را برروی زخمها می‌مالند.

Rose

گل سرخ

(*Rosa gallica* L., *R. centifolia* L., Rosaceae), Rose Flowers, Provence Rose, Cabbage Rose.



شرح: از گل سرخ‌های باغهای انگلستان به‌ویژه انواع صورتی وسرخ آن، گلبرگهای سرخی بدست می‌آید که در پزشکی استفاده می‌شود. چون این گیاه بخوبی برای همه شناخته شده است شرحی درمورد آن داده نمی‌شود. تنها اشاره می‌کنیم که پنج گلبرگ خارجی آن گلبرگهای حقیقی هستند و سایر گلبرگها پرچم تغییر شکل‌یافته هستند وازاین طریق تشخیص داده می‌شوند. گاهی گلبرگها ممکن است به پرچم تبدیل شوند. گل سرخ زینتی دورگه‌ای است با منشا نامشخص که‌ازگونه‌های مختلف می‌باشد. اشتقاق پیدا کرده است.

قسمت مورد استفاده: گلبرگ خشک‌شده. برای مصارف خانگی گلبرگهای تازه رامی‌توان‌ازگلهای‌کاملاً بازشده (ولی پژمرده‌نشده) که اثریکسانی دارد بدست‌آورد.

زیستگاه وگردآوری: پیش‌از بازشدن‌کامل گلها (برای مصارف گیاهی) یاپیش ازریختن برگها این‌گیاه راگردآوری می کنندو بسرعت درسایه در حرارت زیر ۵۰ درجه سانتی گراد می‌خشکانند.

ایران: گل سرخ در گرگان و نواحی مختلف ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: ایـن گیاه حاوی تانن و اسانس فرار است. گلبرگ آن قابض‌وضد التهاب است.

مصرف: دم کرده گل سرخ (یـک مشت گلبرگ خشك شـده را در نیم‌لیتر آب‌سرد بریزید، بجوشانید و به‌مدت پانزده‌دقیقه بگذارید سرد شود) برای درمان اسهال (بخصوص در کودکان) مصرف‌می‌کنند. برای شستشوومالیدن برروی مخاطهای دهان ازآن استفاده می‌شود (برای کـودکان بیشتر rose honey به‌کار می‌برند). همچنین جوشانده آن‌را روی‌زخمها وسوختگیها می‌مالند.

Dog-rose

نسترن

(*Rosa canina* L., *R. arvensis* Huds. and allied species, Rosaceae), Wild Briar, Wild Rose.

قسمتهای مورد استفاده: میوه تازه یا کاذب خشك، دانهٔ خشك.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه درجنگلها، کنار پرچینها و بیشهها می‌روید. معمولترین نوع گل‌سرخ دراروپاست. بوفور در بریتانیا وبندرت دراسکاتلند می‌روید. میوه آن را در پاییز گردآوری می کنند واز وسط شکاف می‌دهند ودرمحلی باهوای کمتراز ۶۰ درجه‌سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: نسترن در قصرشیرین. نواحی البرز، نهاوند، تبریز، کرج وارتفاعات کلاردشت می‌روید.

ترکیبات واثر: جدار گوشتدار میوه این گیاه حاوی مقادیر زیادی ویتامین C، اسید سیتریك، اسیدمالیك، سی‌درصد قند وموسیلاژ است که برای ازبین‌بردن سستی بدن‌وافزایش مقاومت بدن (بخصوص درانفلوانزا)مصرف می‌شود. احتمالا یك داروی مدر است ولی این موضوع هنوز تأیید نشده‌است. میوه‌های بیضی شکل R. villosa L. بیشترین مقدار ویتامین C را دارد.

مصرف: نسترن به‌شکل تیزان (دوقاشق غذاخوری پراز گیاه خرد شده را در یك‌لیتر آب سرد بریزیدو بجوشانید) برای رفع‌خستگی، خیز عمومی و عفونتهای کلیه مصرف می‌شود. تیزان تهیه شده از دانه این‌گیاه فقط به‌عنوان یك پیشاب‌آور ملایم مصرف می‌شود (این‌اثر قطعی نیست).



شرح: میوه ودانهٔ این‌گیاه از گونه‌های وحشی مختلف گل‌سرخ گردآوری می‌شود. به‌شکل بوته‌های خاردار به‌ارتفاع ۵۰ سانتی‌متر تا ۵متر، اغلب باشاخه‌های آویزان‌و برگهای تك‌شانه‌ای‌است. گلهای آن پنج گلبرگ صورتی یا سفید دارد. میوه قرمز آن‌کاذب است‌ودانه‌ها میوه حقیقی است. دانه تازه آن سطحی براق وانتهای آن لکه‌های نارنجی مایل به قرمز دارد.

Restharrow

(*Ononis spinosa* L., Papilionaceae), Cammock.



شرح: ایـن گیاه دارای گونه‌های چند شکلی است. فعالترین اشکال آن نوع خزنده و نیز گونه‌ای است که برگهای گردی دارد. هردو نوع از تارهـای ترشحی پوشیده شده است. گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۱۰ـ۶۰ سانتی‌متر با ریشه‌عمودی‌وچوبی به‌رنگ‌قهوه‌ای تیره که‌طول آن به‌پنجاه سانتی‌متر می‌رسد. شاخه‌هـای آن منشعب، کمی کرکدار وغالباً در اطراف قاعدهٔ چوبی است. درنوع نمونهٔ آن، تمام‌شاخه‌های جانبی به‌برآمدگیهای تیـزی تبدیل می‌شود ولی‌در بعضی اشکال آن نرم‌است. طول برگهای پایینی بین ۱ـ۲/۵ سانتی‌متراست وسه برگچه دارد. برگهای بالایی کامل، کمتر کرکدار و با حاشیه‌های دندانه‌دار است. طول گلها ۱ـ۲ سانتی‌متر، به‌رنگ سرخ گل سرخی و بندرت سفید و در دسته‌های کوچك است. در فاصله ماههای خرداد تا شهریورگل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: اساساً ازریشهٔ‌خشك وبندرت ازگیاه گلدار خشك شدهٔ آن استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: در مناطق خشك و آفتابی، کنار جاده‌ها، گوشه جنگلها و مزارع اروپا می‌روید. در انگلستان، ویلز و بندرت اسکاتلندجنوبی مشاهده می‌شود. بیشتردرپاییز ونیز سایراوقات آن‌راگردآوری می کنند ودر سایه یا آفتاب می‌خشکانند. قسمتهای هوایی این گیاه را باید هنگامی که گل‌دارد گردآوری کرد ودرسایه خشکانند.

ایران: گیاه‌فوق‌دریزد خاست وبلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای‌اسانس‌فراری‌است که به‌مقدارزیاد درقسمتهای هوایی گیاه‌وجود دارد وپیشاب‌آور است. ریشه این‌گیاه‌دارای یك‌مشتق فلاونوییدی گلیکوزیدی بنام‌اونونید است.

مصرف: این‌گیاه به‌شکل تیزان (یك لیتر آب را برروی یك‌مشت‌گیاه خردشده بریزید آن‌را بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان خیزهای عمومی بویژه درپـی مصرف می‌شود. ایـن تیزان را مخلـوط با تیزان انگورخرس برای از بین‌بردن التهاب مثانه وکلیه‌ها وهمچنین رماتیسم‌ونقرس‌مصرف می کنند.

Ladies' Fingers

لوزکوچك

(*Anthyllis vulneraria* L., Papilionaceae), Kidney Vetch.



شرح: لوزکوچك گیاه‌علفی، پایا (بندرت یکساله) به‌ارتفاع ۵–۶۰ سانتی‌متـر است. ساقه‌های آن عموماً سرخ‌کمرنگ وکرکدار است. دارای برگهای مختلفی است؛ برگهای پایینی اغلب کامل بوده و برگهای بالایی‌دارای ۱–۶جفت برگچه ویك برگچه انتهایی بزرگ است. برگچه‌ها بیضوی یا نوك تیز با سطح فوقانی بدون کرك وسطح پایینی نرم ومعمولا سبزروشن است. گلهای آنها در انتهای ساقه دراز به‌شکل کاسه گل کرکدار با گلبرگهای زرد روشن یا تیره وبندرت نارنجی تاسرخ قراردارد. درفاصله اردیبهشت تا پاییز گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدارخشك شده.

زیستگاه وگردآوری: ایـن گیاه معمولا برروی خاکهای آهکی، در مراتع خشك و مناطق سنگی اروپـا می‌روید. در بریتانیـا پراکنده است. گیاه گلدار آن را در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: لوزکوچك در گیلان‌می‌روید.

ترکیبات واثر: ترکیبات فعال ایـن‌گیاه هنوزکاملا شناخته نشده است. وجـود تانن و مقدار کمی ساپونین در این‌گیاه گزارش شده است ولی اثرآن‌کاملا مطالعه نشده است.

مصرف: دم‌کرده این گیاه (یك لیترآب سرد را بـرروی ۱–۲ قاشق غذاخوری گیاه می‌ریزند، به‌مدت‌سه‌دقیقه جوشاندمی گذارند سرد شود) را برروی زخمها می‌مالند. ازگیاه تازهٔ له شده‌آن نیز می‌توان برای این منظور استفاده کرد.

Melilot

ناخنك

(*Melilotus officinalis* (L.) Pall. = Common Melilot, *M. altissima* Thuill. = Tall Melilot, Papilionaceae), King's Clover, Sweet Clover.

اکلیل الملك



شرح: دو گونه گیاه فوق تنها از نظر شکل برگ و کرکهای روی میوه اختلاف دارند و از نظر مصرف در پزشکی دارای ارزش یکسانی هستند. گیاهانی زیبا، یکساله یا دوساله‌اند که ارتفاع آنها تا ۱۳۰ سانتی‌متر می‌رسد. ساقه آنها منشعب، تنومند وعمودی است و برگهایی با سه‌برگچه دارد. هریك از برگچه‌ها بیضوی یا کشیده، به‌طول ۱–۲ سانتی‌متر و حاشیه دندانه‌دار است. گل‌آذین آنها، دراز، خوشه‌ای ظریف و در محور برگها است. گلهای آن مانند گیاهان نمونه این تیره (پروانه‌داران) زردرنگ است. بین ماههای خرداد تامرداد گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: کلیه قسمتهای گیاه خشك‌شده یا گلهای خشك آن.

زیستگاه و گردآوری: دو گونه این گیاه درمزارع، اماکن مرطوب، ساحل رودخانه‌ها و کنار جاده‌های اکثر نقاط اروپا می‌رویند. بومی انگلستان است ولی گیاه در این کشور فراوان نیست. این گیاهان را می‌توان ازطریق کاشت در ردیفهای ۴۰ سانتی‌متری جدا ازهم کشت داد. در موقعی که گل دارد آن را گرد-آوری می‌کنند و درسایه در حرارت کمتر از ۴۰ سانتی‌گراد می‌خشکانند. عمل خشکاندن نباید خیلی سریع انجام گیرد زیرا ترکیبات معطرهٔ آن فقط با آهستگی در هنگام خشکاندن آهسته گیاه افزایش می‌یابد.

ایران: ناخنك در نواحی شمالی ایران، اطراف تهران، قلهك، آبگرم، آذربایجان، بلوچستان، تبریز ولاهیجان می‌روید.

ترکیبات واثر: در گیاه تازه مادهٔ خوشبوی کومارین وجود دارد که دراثر خشکاندن آزاد می‌شود. مهمترین مورد مصرف آن در پزشکی جلوگیری ازتشکیل لخته‌خون است. همچنین یك داروی خلط‌آور است (مقدار زیاد آن باعث استفراغ می‌شود).

مصرف: اصولا به‌شکل تیزان (یك قاشق غذاخوری آن‌را درنیم لیترآب دم کنید) برای دفع التهاب مخاطهای دستگاه تنفس مصرف می‌شود. در استعمال خارج برروی محلهای ملتهب و زخمهای چرکی مالیده می‌شود. از دم کرده آن می‌توان برای جلوگیری از ایجاد لخته‌خون استفاده کرد ولی فرآورده‌های تجارتی آن‌مؤثرتراست. مقادیرزیاد آن به‌عنوان یك ماده معطرکننده درتوتون مصرف می‌شود.

Fenugreek

شنبلیله

(*Trigonella foenum graecum* L., Papilionaceae), Foenugreek.



شرح: شنبلیله گیاهی است یکساله که ارتفاع آن تا ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد. به‌طور کلی بدون کرک و با بویی قوی است. ساقه‌های آن گرد، معمولاً راست ولی غالباً خوابیده و گاهی منشعب است. برگهایی دمبرگدار با سه برگچه بیضوی یا نیزه‌ای دارد. گلهای این گیاه منفرد یا زوج در محور برگها قرار دارد و جام آن به‌رنگ زرد تا سفید است. طول میوهٔ آن ۱۰ سانتی‌متر، خمیده با نوك دراز و حاوی ۲۰-۴ دانه است.

قسمت مورد استفاده: دانهٔ خشك.

زیستگاه و کشت: شنبلیله وحشی در منطقه مدیترانه می‌روید. بیشتر در آفریقای شمالی و هند از طریق دانه در ردیفهایی با فاصله ۲۰ سانتی‌متر کشت می‌شود. میوهٔ آن را موقعی که رسید گردآوری می‌کنند و دانه‌ها را به‌وسیله خرمن‌کوب جدا می‌کنند. این گیاه به عنوان یك محصول کود ده کاشته می‌شود . بازده محصول بین ۸ - ۱۸ کیلو گرم در هر صد مترمربع است. دانهٔ شنبلیله به‌طور عمده از هند به‌بریتانیا صادر می‌شود.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف ایران پرورش می‌یابد.

ترکیبات و اثر: شنبلیله حاوی موسیلاژ، مواد معطر و به‌مقدار زیاد آهن و فسفر است که توسط ملکول‌های آلی به‌یکدیگر متصل شده است. از راه خوراکی ترشح معدی را تحریك کرده و در نتیجه به‌هضم غذا کمك می‌کند. خاصیت خلط‌آور آن تایید نشده است. از راه استعمال خارجی دانه‌های آن نرم کننده است. و بهبود زخمهای چرکی و التهابات را تسریع می‌کند.

مصرف: آن‌را با آب در ظرفی می‌پزند و از راه خارجی مانند کمپرس داغ روی کورکها، آبسه‌ها وغیره قرار می‌دهند (شبیه دانهٔ کتان). از طریق خوراکی به‌عنوان محرك مصرف می‌شود (یك قاشق مرباخوری از گرد آن بامقدار کمی مربا سه بار در روز). از آن بیشتر در دامپزشکی در گردهای تقویتی برای چاق کردن گاوها استفاده می‌شود.

Goat's Rue

سداب‌بز

(*Galega officinalis* L., Papilionaceae), French Lilac, Galega.



شرح: گیاهی زیبا، پایا باساقهٔ توخالی وبهارتفاع یک‌متر است. برگهایی بدون کرک با ۱۱–۱۷ برگچه بیضوی یا نیزه‌ای به‌طول ۱–۴ سانتی‌متر داردکه هرکدام به‌نوک تیزی ختم می‌شود، گل‌آذین‌آن دارای گل‌های زیاد است وپایه‌ای درازدارد. طول گلها یک‌سانتی متر وبه‌رنگ آبی روشن یـا سفید است. در فاصله ماه خرداد یا پاییزگل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده وبندرت دانه‌ها.

زیستگاه وکشت: سداب‌بز گیاه بومـی جنوب اروپا وسرزمینهای مدیترانه‌ای است. دربریتانیاشناخته شده ودرمحلهای مرطوب و اکثرمزارع به‌طورطبیعی می‌روید. درسوییس به‌عنوان یـك گیاه دارویی به‌وسیله دانه یـا قلمه‌های ریشه درفواصل ۵۰سانتی‌متری کشت می‌شود. از این گیاه می‌توانند تا چندین سال محصول برداشت کرد.

ترکیبات‌واثر:سداب‌بزدارای آلکالوییدی به‌نام‌کالهٔژین و مواد دیگری است کـه هنوز شناخته نشده‌اند. این گیاه غلظت قند خون را پایین می‌آورد و ترشح شیررا تحریك می‌کند ولی اثرآن پایدارنیست.

مصرف: از تیزان این‌گیاه (دو قاشق غذا خوری آن را در نیم‌لیترآب سرد بریزید، به مدت ۲–۳ دقیقه بجـوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان بیماری قندخون (دیابت) بویژه در افراد مسن استفاده می‌شود. در این موردگیاه فقط یك‌اثرکمکی دارد ویك‌داروی ضد دیابت قوی نیست. در افراد یك بی‌میلی که ناشی ازمصرف زیادآن است ایجاد می‌شود. گاهی نیز برای تحریك ترشح‌شیرمصرف می‌شود (این اثر مشکوك است). همچنین در دامپزشکی بـرای این منظـور از آن استفاده می‌شود.

Liquorice

شیرین‌بیان

(*Glycyrrhiza glabra* L., Papilionaceae), Licorice.



زیستگاه و گردآوری: شیرین بیان بندرت به‌طور وحشی در اروپای مرکزی (ناشی از گیاه قبلی) یافت می‌شود. بیشتر در اطراف مدیترانه پراکنده است. مقداری نیز در انگلستان بویژه در یورکشایر کاشته می‌شود). اندامهای زیرزمینی آن را در پاییز از زمین خارج می‌کنند، می‌شویند و در آفتاب می‌خشکانند. منبع اصلی تولید این گیاه کشورهای اسپانیا، روسیه و هند است.

ایران: این گیاه دارای واریته‌های مختلفی ست که بعضی از آنها بحالت خودرو در بعضی از نقاط ایران از جمله آذربایجان، شمال، جنوب و مشرق می‌روید.

ترکیبات و اثر: مهمترین ماده فعال این گیاه گلیکوزیدی است از دستهٔ ساپونینها به‌نام گلیسیریزین- (Glycyrrhizin)، که شیرینی آن پنجاه برابر قند است و ریشهٔ آن همچنین حاوی یك فلاونویید گلیکوزید به‌نام لیکوییریتوزید (Liquiritoside)، یك مادهٔ تلخ، یك اسانس فرار و احتمالا ساپونینهای دیگر است. شیرین بیان آرام‌بخش و خلط‌آور است. همچنین یك مسهل ملایم، پیشاب‌آور، ضدالتهاب وضداسپاسم‌است. اثر آن‌در زخمهای معده هنوز مورد بحث است.

مصرف: شیرین بیان اساساً همراه با تیزانهای دیگر برای برطرف کردن التهاب مخاط برونشها و نیز یبوست ملایم مصرف می‌شود. همچنین گرد یا تکه‌های کوچك آن را می‌خورند.

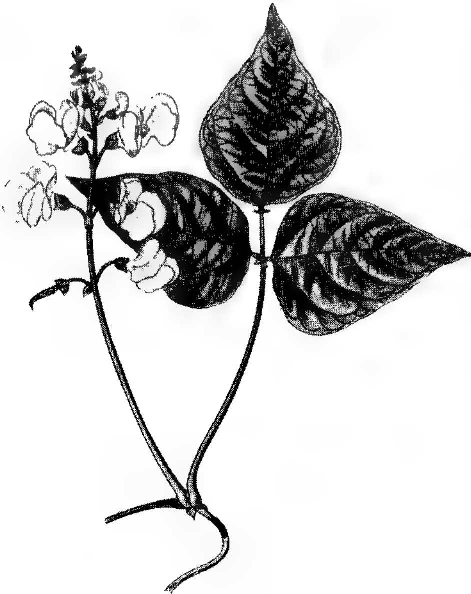
شرح: شیرین‌بیان گیاهی چوبی و پایا به‌ارتفاع ۱-۱/۵ متر و دارای یك سیستم ریشه‌ای بسیار وسیع‌است (یك ریشه‌عمودی با ساقه های خزنده متعدد که طول آنها تا ۸متر می‌رسد). دارای برگهای تك‌شانه‌ای‌با ۴-۸ جفت برگچه بیضوی است که هر یك به خار تیزی منتهی می‌شود. گل آذین آن مرکب از ۲۰-۳۰ گل به رنگ آبی روشن و در محور برگ می‌باشد.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ساقه‌های خزندهٔ خشك.

Bean, Kidney

لوبیا

(*Phaseolus vulgaris* L., Papilionaceae), Haricot.



شرح: حدود پانصد واریته ازگونه‌های مختلف لوبیا به‌شکل گیاهان بالارونده و یا گیاهان کوتاه کشت داده می‌شود. برگهای آن مرکب از سه برگچه بیضوی نوك‌تیز باسطح فوقانی خشن وکرکدار است، شکوفه‌های آن به‌طول ۱ـ۲ سانتی‌متر، سفید، بنفش کمرنگ یا صورتی است. برحسب واریته میوهٔ آن ۱۰ـ۳۰ سانتی‌متر طول و جداری گوشتی، نازك و به‌رنگ سبز یا مایل به‌زرد دارد. چون فعالیت دارویی لوبیا مربوط به جدار میوه است واریته‌های گوشتدار آن نسبت به‌واریته‌های دارای دانهٔ بزرگ برتری دارد. هنوز معلوم نیست واریته‌های سبز وخالدار آن به‌عنوان دارو بهتراز واریته‌های زردآن باشد. نیام خشك شدهٔ آن بیمزه است.

قسمت مورداستفاده: نیام خشك،دانه‌هاو نیز تمام قسمتهای تازهٔ آن.

زیستگاه: بومی مناطق گرمسیری آمریکاست. در اروپا کاشته می‌شود، نیام آن را باید در سایه خشکاند.

ترکیبات واثر: دارای موادی به نام گلوکوکینین‌ها (glucoquinines) و مقدار زیادی اسید سیلیسیك است. نیام آن‌خاصیت پیشاب‌آور دارد و در بیماران مبتلا به مرض قند (دیابت) قند خون را به‌طور جزیی‌پایین می‌آورد (این اثر قطعی نیست) . دانهٔ خام لوبیا حاوی یك آلبومین سمی است که در اثر پختن از بین می‌رود.

مصرف: لوبیا اصولا به‌شکل جوشانده (۳ـ۴ مشت نیام بسیار خرد شدهٔ آن را به مدت چند ساعت در دو لیتر آب بخیسانید. سپس بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای درمان خیز عمومی بدن و بیماری قندمصرف می‌شود. در مورد اخیر جوشاندهٔ آن تنهایك اثر تقویت‌کنندهٔ درمانی دارد ولی به طور کامل مرض‌قند را درمان‌نمی‌کند.

کتان

Linseed

نامهای رایج: کتان، بذرکتان، بزرك

(*Linum usitatissimum* L., Linaceae), Flax Seed.



شرح: کتان یکی از قدیمی‌ترین گیاهان قابل‌کشت است که به‌حالت وحشی نمی‌روید. گیاهی یکساله (بعضی از واریته‌های آن دو ساله) بـه‌ارتفـاع ۲۰ــ۸۰ سانتی‌متر است. واریته‌های آن که دانه تولید می‌کندشاخه‌های منشعب همراه با برگهای متناوب، باریـك، نیزه‌ای، به‌طول ۲/۵ سانتی‌متر و سه‌رگبرگ اصلی دارد. شکوفه‌های آن در نوك شاخه‌ها (به‌طول ۱/۵ سانتی‌متر)، معمولاً آبی وخیلی بندرت سفید یا قرمـز با پنج گلبرگ است. این شکـوفه‌ها فقط چند ساعت باز می‌مانند. میوه‌اش پوشینه‌ای کروی‌دارد که‌درواریته‌های کشت داده شده ناشکوفاست. طول دانهٔ‌کتان ۴ــ۶میلی‌متر، بیضوی، براق و به رنگ زرد مایل به‌قهوه‌ای تا قهوه‌ای‌کامل است.

زیستگاه: کتان به‌حالت‌وحشی نمی‌روید. دربسیاری از نقاط دنیـا به‌منظور استفاده از الیاف و روغن دانـهٔ آن کاشته می‌شود. دانهٔ کتان کـه مصـرف دارویـی دارد بیشتر در انگلستان، هلند، مـراکش و آرژانتین کاشته می‌شود.

قسمت مورد استفاده: دانه

ایران: کتان به‌علت مصارف مهمی که‌در صنعت دارد غالباً پرورش می‌یابد. به‌حالـت خودرو نیزدر نواحی‌مختلف ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: اپیدرم‌دانهٔ کتان حاوی مقادیر زیـادی موسیلاژ است. خود دانهٔ آن ۳۰ــ۴۰ درصد روغن ثابت و مادهٔ دیگـری دارد کـه تحت اثـــر آب اسید پـروسیك (Prussic acid) ایجاد می‌کند،به‌خاطرعمل موسیلاژ آن در روده خاصیت مسهلی دارد. همچنین این موسیلاژ به خاطـر متورم شدن، روده را نرم‌می‌کند. روغن ثابت‌آن نیزچنین نقشی دارد. در استعمال خارج دانه‌های خرد شده‌آن به‌شکل ضماد التیام‌آبسه‌ها وزخمهای چرکی را تسریع مـی کند و درد رماتیسم را تسکین می‌دهد.

مصرف: دانهٔ کتان از راه خوراکی بـه عنوان یك مسهل خورده می‌شود (۱ــ۲ قاشق مرباخوری دانهٔ‌کتان را به مدت ۲ــ۴ساعت در نصف لیوان آب بریزید، بگذاریدمتورم شود و سپس موسیلاژ حاصل را تنها یاهمراه با دانه‌ها ببلعید). از طـریق خارجی مخلوط دانهٔ خرد شده کتان با آب‌گرم به‌شکل ضماد برای التهابات، زخمهای چرکـی و انـواع کوفتگیها به‌کار می‌رود. همچنین‌گاهی برای از بین بردن التهاب مثانه وکلیه‌ها مصـرف می‌شود ولی اثر واقعی ندارد.

Rue

اسپند

(*Ruta graveolens* L., Rutaceae), Herb of Grace, Garden Rue.

شرح: اسپند گیاهی پر پشت، پایا با ساقه‌های گرد و منشعب زیاد است. برگهایی متناوب و تك شاخه‌ای به‌طول ۱/۵ سانتی‌متر دارد که هر برگچهٔ آن دوباره به سه برگچه دیگر تقسیم می‌شود. برگچه‌های ستبر ودارای غدد روغن‌دار، نیمه‌شفاف وکوچك است. قطر گلهای آن ۱۲ میلی‌متر، چتری‌شکل با ۴ یا ۵ گلبرگ به‌رنگ زرد مایل به‌سبز و قاشقی‌شکل است. درفاصله ماههای خرداد تا مرداد شکوفه می‌دهد. بوی معطری دارد و مزه‌اش تند وگس وکمی‌تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه (یا فقط برگها) به‌شکل تازه یا خشك.

زیستگاه وگردآوری: اسپند بومی‌مناطق مدیترانه‌ای است ولی سالهاست در بریتانیا باکاشتن دانه یا قلمه‌زدن تکثیر می‌شود. آن‌را در سایه می‌خشکانند.

ایران: اسپند در حاشیه کویرهای ایران در مسیر راه تهران به‌اصفهان، تهران به‌قزوین اطراف کرج، جاده تفرش، بوشهر و نواحی شمالی می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی اسانس فرار، یك‌تانن، آلکالوییدهای مشتق‌ازکومارین و فلاونوییید گلیکوزیدی به نام روتوزید (rutoside) است. مقادیر زیاد اسانس فرار آن سمی است. اسپند جریان خون را در اندامهای شکم بخصوص رحم بهبودمی‌بخشد و ممکن است این اثر با تأخیر شروع شود. همچنین یك محرك موضعی است و خاصیت



اشتها آور، پیشاب‌آور و ضد اسپاسم دارد. جریان خون داخل مویرگی را نیز افزایش می‌دهد. مقادیر زیاد آن سمی است و با سرگیجه و حالت آشفتگی همراه است.

مصرف: اسپند به‌علت‌سمیت‌بایدبااحتیاط خورده شود و در دوران بارداری بهیچوجه مصرف نشود. تیزان آن‌به‌شکل‌کمپرس برای رفع التهابات چشم بکار می‌رود. برگهای‌تازهٔ آن‌را می‌توان برروی زخمها مالید.

Herb Robert

(*Geranium robertianum* L., Geraniaceae).



شرح: گیاهی است یکساله، خمیده یا ایستاده به ارتفاع ۱۵–۵۰ سانتی‌متر که رنگ تمام قسمتهای آن کم و بیش متمایل به سرخ است. ساقه‌های آن منشعب و کمی کرکدار است. برگها به‌طور متقابل، کمی کرکدار و پنجه‌ای با ۳–۵ برگچه است که هریك با بریدگیهای عمیقی تقسیم می‌شود. طول گلهای آن ۸–۱۵ میلی‌متر، به رنگ صورتی روشن است که در گروههای ۲–۴ تایی برروی هر پایك قرار دارد. میوه‌اش ۲ سانتی‌متر طول و انتهایی تیز دارد. دربین ماههای اردیبهشت تا مهر شکوفه می‌دهد. بویی قوی و نامطبوع دارد. مزه‌اش قابض و تلخ است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای گیاه گلدار (بهتراست همراه با ریشه استفاده‌شود) تازه یا خشك.

زیستگاه و گردآوری: در جنگلها، کنار پرچین‌ها، روی دیوارها وصخره‌ها درسراسر اروپا می‌روید. در بریتانیا فراوان است. در هنگام تابستان آن را جمع‌آوری می کنند ودر سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در آذربایجان، نقاط مختلف البرز و دامنه های مرطوب شمال می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی تانن و اسانسهای فرار است (بویژه درگیاه تازه و در هنگام خشکاندن مقدار زیادی ازآن ازبین می‌رود). دارای خواص قابض، بندآورنده خون، ضداسهال و پیشاب‌آوری ملایم است.

مصرف: از راه خوراکی به‌شکل تیزان (نیم‌لیترآب سرد را روی یك‌قاشق‌غذاخوری گیاه بریزید، بگذاریدبماند وسپس بجوشانید) برای درمان اسهال، خیزعمومی والتهاب‌مثانه (بندرت) مصرف می‌شود. در استعمال خارج آن را برروی زخمها، بثورات جلدی و التهابات عمومی مخاط دهان می‌مالند. ازبرگ کوبیدهٔ آن می‌توان برای این منظور استفاده کرد. بهتر است برای از بین بردن التهاب مخاطهای دهان برگهای تازهٔ این گیاه را جوید.

Polygala

علف شیر

(*Polygala amara* L. -- *P. amarella* Crantz, Polygalaceae), Milkwort.



شرح: علف شیر گیاه کوچك پایایی به‌طول ۵–۲۰ سانتی‌متر با ریشه راست و به‌رنگ سبز روشن است. ساقهٔ گلدار آن غیر منشعب است که از یك طوقی پایه‌ای با برگهای بیضوی کوچك بوجود می آید(سایر گونه‌های علف شیر یك طوقی پایه‌ای از برگها ندارند). برگهای ساقهٔ این گیاه درسطح تحتانی متناوب کوچك و بیضوی است. گل آذین آن کشیده، جانبی، با گلهای کوچك به‌طول شش میلی‌متر به‌رنگ زرد کمرنگ یا آبی تیره و بندرت صورتی رنگ است. شکل ظاهری آن پروانه‌ای است. بین ماههای خرداد تا مرداد شکوفه می‌دهد. مزهٔ آن کمی تلخ است.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك و بندرت ریشه.

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه درمحیط‌های مرطوب (کشتزارها، گوشه جنگلها، کنار جاده‌ها) وگاهی نیز درمحلهای خشك‌می‌روید. بومی انگلستان است ولی بندرت روی مراتع گچی و آهکی می‌روید. گیاه گلدار آن‌را گردآوری می کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات‌واثر: علف شیرحاوی ساپونینها ویك مادهٔ تلخ است. در برونشیت مصرف می‌شود. یك‌مسهل ملایم‌ویك پیشاب آوراست. تأثیر آن برترشح شیرمورد تردید است.

مصرف: جوشاندهٔ این گیاه (نیم لیتر آب سرد را روی یك قاشق غذاخوری گیاه کاملا ریز شده بریزید، به‌مدت ده دقیقه بجوشانیدوبگذارید بماند)اساساً برای‌التهاب برونشها (برونشیت) وبندرت به‌عنوان تصفیه کننده یا برای‌درمان خیز عمومی بدن‌وافزایش ترشح شیردر مادران شیرده مصرف‌می‌شود که البته این اثر قطعی نیست. به‌جای علف شیر اغلب ازعلف شیرمعمولی (P.vulgaris L.) استفاده می‌شود که در بریتانیا بیشتر در علفزارها، دشت‌ها، خلنگزارها، توده‌های شنی ساحلی‌وغیره دیده می‌شود. گیاه اخیر خواص مشابهی با علف شیر دارد ولی مواد تلخ و خاصیت مقوی آن‌را ندارد.

Horse Chestnut

شاه بلوط هندی

(*Aesculus hippocastanum* L., Hippocastanaceae).



شرح : درختی بزرگ با برگهای پهن است که ارتفاع آن به ۳۰ متر می‌رسد. پوست آن در ابتدا نرم و سپس پولك‌دار می‌شود. برگها دارای دمبرگ دراز، انگشتی با ۵-۷ برگچه است. گلهای سفید، صورتی یا زرد کمرنگ آن به شکل گل آذین مستقیم یا مخروطی است. میوهٔ سبزرنگ آن پوشینه و خاردار است وحاوی یك یا دو دانه قهوه‌ای است.

قسمت مورداستفاده: دانهٔ تازه که از پوسته‌اش جدا شده است وبندرت پوست شاخه یا جدارمیوه.

زیستگاه و گردآوری: گیاه بومی آلبانی و یونان است که درسطح وسیعی کاشته می‌شود. دانه‌ها درپاییز و پوست دربهار گردآوری می‌شود.

ایران: این درخت درنواحی کوهستانی ایران بدون تعیین دقیق محل رویش می‌روید. پرورش آن به‌عنوان زینت درنواحی مختلف ایران معمول است.

ترکیب و اثر: شاه‌بلوط هندی‌ساپونینی به‌نام آسین (aescine) داردکه ترکیب اصلی و فعال این گیاه است ولی فلاونها، کومارین وتاننهای دانه نیزفعال است. عمل آن قوی‌کردن رگهای خونی برای جلوگیری از تشکیل لخته است. رگها را قوی می کنند و دردهای بواسیری راتسکین می‌دهد. دانه‌های آن سمی‌است وتاکنون باعث بروز حوادثی درکودکان شده‌است.

مصرف: قبلا ازدانه وپوست خشك شده شاه بلوط هندی در طب خانگی برای درمان خونریزی بواسیر وخونریزی رحم استفاده می‌شده است. امروزه، تحت‌نظارتهای پزشکی عصارهٔ این گیاه به شکل قطره یا فرآورده تزریقی برای‌مواردتوقف جریان خون‌وریدی، واریس وانعقاد خون مصرف می‌شود.

Holly

خاس، راج

(*Ilex aquifolium* L., Aquifoliaceae), Common Holly, Holm, Hulm, Hulver Bush



شرح: راج درخت یا درختچه همیشه سبزی‌است که ارتفاع آن بین ۱–۵متر وبندرت تا ۱۲ متراست. برگهای آن چرم‌مانند باسطح فوقانی سبز تیره وسطح تحتانی سبز روشن است، این برگها بیضوی یا مخروطی است وحاشیهٔ کم‌وبیش‌موجی وخاردار دارد. برگ درختهای قدیمی‌تر براق‌تر است وکمتر خاردارد. گلهای آن کوچك، سفید یا سفید مایل به‌سرخ، دوپایه (نرو ماده روی گیاهان جداگانه قراردارد) ودارای چهار گلبرگ است. میوه‌اش کاملا سرخ است. در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا خرداد گل می‌دهد.

قسمت مورداستفاده: برگ تازه یا خشك.

زیستگاه وگردآوری: خاس در بیشه‌ها، جنگلهای کناردریا و بندرت در اراضی جنگلی یا جنگلهای گیاهان سوزنی برگ مشاهده می‌می‌شود. به‌طور معمول در اروپای غربی و جنوبی وبوفور دربریتانیا می‌روید. برگهای آن‌را می‌توان درطول سال گردآوری کرد و درسایه‌یا آفتاب خشکاند.

ایران: این گیاه‌درجنگلهای نواحی‌شمالی ایران وسراسرارتفاعات آستارا می‌روید.

ترکیبات‌واثر: تنها ترکیب شناخته شدهٔ فعال برکهای این گیاه تانن و یك مادهٔ تلخ است. خاصیت تب‌بر دارد، سرفه‌را تسکین می‌دهد ویك پیشاب‌آور ملایم‌است. به ترشح صفراکمك می‌کند (این اثرمشکوك است) . دانه‌های آن تهوع و اسهال شدید ایجاد می‌کند.

مصرف: تیزان ان (۷۵۰ میلی‌لیتر آب سرد را روی۱–۲قاشق غذاخوری برگ کاملا خرد شده و ریز شده بریزید، به‌مدت ده دقیقه بجوشانید وبگذارید سرد شود) اساساً برای درمان انفلوانزا، التهاب برونشها (برونشیت) وذات‌الریه مصرف می‌شود، خیلی بندرت به عنوان پیشاب‌آوردرخیزعمومی بدن ونیز در رماتیسم ازآن استفاده میشود.

Buckthorn

خوشه انگور،

(*Rhamnus catharticus* L., Rhamnaceae) Common Buckthorn, Hartsthorn.

آش انگور



شرح: بوته یا درخت کوچك برگ‌ریزی به ارتفاع ۲–۳ متر، بندرت تا ۵ متر ودارای پوست مایل به‌سیاه است. شاخه‌ها روبروی یکدیگرو پراکنده است ومعمولا به‌خار ستبری منتهی می‌شود. برگهای آن بیضوی تا تقریباً گرد، به طول ۲–۹ سانتی‌متر وعرض ۱–۴ سانتی‌متر است وحاشیه‌دارای دندانه‌دارریزو رگبرگهای جانبی برجسته است. گلهای آن کوچك به‌رنگ زردمایل به‌سبز، نامشخص و به شکل سنبله است. میوه‌اش به‌شکل سته سیاه‌ارغوانی مایل به‌سیاه به‌قطر ۶–۱۰ میلی‌متر ودارای ۳–۴ دانه‌سخت است. میوهٔ آن در ماههای شهریور – مهر می‌رسد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ تازه یاخشك.

زیستگاه وگردآوری: در پرچینها، بیشه‌ها وجنگلها در مناطق سنگی اروپا یافت می‌شود. بومی انگلستان و ویلزاست ولی به‌حد وفور وجود ندارد. بندرت در اسکاتلند می‌روید.

ایران: درنواحی شمالی ایران، دیلمقان، لاهیجان و خلخال می‌روید. اسامی محلی: این گیاه درکتول به‌خوشه‌انگورو آش انگور، در کلاردشت به‌خرزل، درزیارت گرگان به اشنگور، در لاهیجان به‌خرزل ودرخلخال به اجاره موسوم است.

ترکیبات واثر: میوه‌های آن حاوی مشتقات آنتراکینون است که اثر مسهلی قوی بویژه درروده بزرگ دارد. بامقادیرزیاد ایجاد استفراغ می‌کند وممکن است روده راآنقدر تحریك کندکه سبب خونریزی شود.

مصرف: میوه‌های تازه یا خشك آن را به عنوان مسهل می‌توان جوید (۱۰-۲۰ عدد آن را صبح با مربا یا یك سیب می‌خورند)، نباید آن را به کودکان داد. شربت این گیاه نیز بسیارمؤثر است.

Alder Buckthorn

سیاه توسه

(*Frangula alnus* Mill., Rhamnaceae), Frangula Bark.



شرح: سیاه توسه بوته برگ ریز یا درخت کوچکی است به‌ارتفاع ۱–۴ متر، با شاخه‌های نرم بالا رونده دریك زاویهٔ تنگ نسبت به‌ساقهٔ اصلی که بدون خار است. پوست آن سبز مایل به‌سیاه است و درسطح خارجی دارای عدسك (منفذ یا خلل وفرج گیاهی) متعدد می‌باشد. سطح داخلی پوست تازهٔ آن زرد است و سپس قهوه‌ای می‌شود. برگها بزرگ، گسترده، بیضوی ومعمولا یکدست است. سطح بالایی آنها براق ودارای ۶–۱۰ رگبرگ ثانوی برجسته است. گلهای آن کوچك‌وغیرمشخص به‌رنگ سفید مایل به‌سبز است که به‌شکل سنبله‌های ۲–۸ تایی درمحور برگها قراردارد. میوه‌اش به شکل دانه مایل به‌آبی تاسیاه و به‌اندازهٔ یك نخوداست.

قسمت مورداستفاده: پوست خشك.

زیستگاه وگردآوری: بر روی خاکهای مرطوب جنگلها (معمولا در خاکهای خشك دیده نمی‌شوذ) و زیر آشکوب (undergrowth) در جنگلهای باز اروپا می‌روید. بومی و معمولا پراکنده است ولی گیاه محلی انگلستان وویلز است. پوست آن‌را باید در فروردین–اردیبهشت از شاخه‌ها جدا کرد و بسرعت حتی در نور آفتاب خشکاند.

ترکیبات واثر: دارای مشتقات آنترا–کینون و اثر مسهل بویژه در رودهٔ بزرگ است. همچنین ترشح صفرا راتحریك می کند اثر آن با مقادیر متوسط خفیف است. گیاه تازهٔ آن ایجاد استفراغ می کند.

مصرف: معمولا به شکل عصارهٔ مایع مصرف می‌شود (۲۰–۴۰ قطره آن‌را درآب می‌ریزند و در شب می‌خورند). شربت آن‌را روزانه ۱–۲ قاشق غذاخوری می‌خورند. بندرت به‌شکل تیزان (۲۵۰ میلی‌لیترآب‌سرد را روی یك قاشق غذاخوری از پوست‌کاملا نرم شدهٔ آن می‌ریزند، به مدت ده دقیقه می‌جوشانند و می گذارند بماند) به عنوان مسهل مصرف می‌شود.

Marshmallow

ختمی

(*Althaea officinalis* L., Malvaceae), Althaea, Mallards.

زیستگاه و گردآوری: گیاه بومی باتلاق‌های نمکی اروپای شرقی است. در سراسر اروپا در محلهایی که چیزی کاشته نمی‌شود به‌مقدار زیاد پراکنده است. در بریتانیا در سواحل مردابهای نمکی می‌روید. به‌عنوان یك گیاه دارویی در باغها کاشته می‌شود و با قلمه‌زدن ریشهٔ آن و بندرت توسط دانه تکثیر می‌شود. در اواخر پاییز آن را گردآوری کرده و ریشهٔ آن‌را در محلی خشك انبار می‌کنند و سپس پوست آن را می‌کنند و در حرارت ۵۰-۶۰ درجه سانتی گرادمی‌خشکانند بازدهٔ عمل ۱۰-۱۸ کیلو گرم در هر صد متر مربع است.

ایران: این گیاه‌دراطراف تهران، نواحی مختلف البرز، اطراف رودخانهٔ کرج، اراك، آذربایجان، نواحی شمالی ایران، گیلان می‌روید.

ترکیبات واثر: موسیلاژ ختمی ۱۰ درصد قند دارد. دم‌کردهٔ ریشهٔ آن برای مخاطها نرم‌کننده‌است. همچنین برای پوشاندن مزهٔ نامطبوع بعضی‌ازداروها ازآن‌استفاده می‌شود. مصرف آن برای تسکین سرفه تأثیر کمی دارد.

مصرف: دم‌کردهٔ آبکی (نیم‌لیترآب سرد ر بر روی دو قاشق مرباخوری گرد بسیار ریز ریشه می‌ریزند و ۳-۱۰ ساعت نگه‌می‌دارند و بعدآن را شیرین می‌کنند) آن را در درمان سرفهٔ کودکان و افراد مسن مصرف می‌کنند. همچنین به‌عنوان نرم‌کنندهٔ مخاط‌روده در اسهال مصرف می‌شود. شربت ختمی نیز اثر مشابهی دارد. اثر آن بر روی التهاب مثانه بسیار مشکوك است.



شرح: ختمی گیاه پایایی به ارتفاع ۷۵ سانتی‌مترتا دومتر وپوشیده ازکرکهای‌مخملی است. ریشهٔ آن به رنگ زرد کرمی و ساقه‌آن عمودی وکرکدار است. برگهای‌آن کرکدار بادمبرگ کوتاه و۳-۵ لب است و برگهای‌بالایی‌دارای بریدگیهای کم‌عمق‌تری از برگهای پایینی است. گلهای آن دارای پنج گلبرگ سفید یا صورتی، بیضوی‌یاقلبی‌شکل وپرچمهای متعدد با بساك قرمز مایل به ارغوانی تا بنفش تیره است.

قسمت مورداستفاده: ریشه، برگ، گل.

Hollyhock

(*Althaea rosea* (L.) Cav., Malvaceae), Garden Hollyhock.

شرح: گیاه پایا یا دوساله‌ای است که‌در سال اول یك طوقی پایه‌ای از برگها تشکیل می‌دهد که در سال دوم یا سالهای بعدبه‌شکل عمودی، تنومند و کرکدار در می‌آید. ساقهٔ گلدارآن بیش ازدومتر ارتفاع داردوبندرت منشعب است. برگهـای آن دمبرگهای دراز دارد و قلبی‌شکل با ۵–۷ لوب یا زاویه، کم‌و بیش دارای‌دندانه‌های عمیق وکرکدار است. قطر گلها ممکن است به‌بیش از ۱۰ سانتی‌متر برسد وگلها بر روی دمگلهای‌کوتاه درمحور برگها قرار دارد وممکن‌است ساده‌یامضاعف باشد. از نظر گیاه شناسان گلهای مضاعف ترجیح‌دارد. گلهای ساده پنج گلبرگ وپرچم‌های متعدد دارد و رنگ آنها از صورتی‌کم رنگ یا زرد تا ارغوانـی تیره متغیر است. برای مصـارف دارویـی معمولا از گلهای ارغوانی تیره استفاده می‌شود.از خردادتامهر گل می‌دهد.



ایران: این گیاه در گیلان ونواحی‌خشك ایسپیلی می‌روید.

قسمت مورداستفاده: گلهای خشك با یا بدون‌کاسه.

زیستگاه وگردآوری: گونه‌های‌آن بومی اروپا نیست ولی‌یکی از قدیمیترین گیاهانی است که در انگلستان‌کاشته می‌شود.کاشت‌آن به‌وسیلهٔ دانه است کـه ممکنست در پاییز در نواحی سایه‌دار کاشته شود. گلهـای آن را می‌توان در سال دوم یا سالهـای بعد در یك روز خشك گردآوری کـرد و در سایه در حرارت زیر ۶۰ درجه سانتی گراد خشکانند. بازدهٔ عمل ۶–۱۲ کیلو گرم گل با کاسهٔ آن در هر صد مترمربع است. (حـداکثر بازدهٔ گلها درسال دوم و سوم است و بازدهٔ‌گیاهان قدیمی‌کمتر است).

ترکیبات واثر: حاوی موسیلاژ، مقادیـر کمی اسانس فرار و تانن است. همچنین در گلهـای تیـــره آن رنگـدانـه‌ای از دسته آنتوسیانین‌ها (anthocyanin) وجود دارد. دارای خواص ضد التهابی و مسهلی ملایـم است. اثر آن به‌عنوان یك شفا دهنده سرفـه مورد تردید است.

مصرف: تقـریباً همیشه به شکل تیزان ، معمولا در مخلوطها برای برونشیت و گاهی دهان شویه مصرف می‌شود. بندرت به عنوان یك مسهل ملایم مصرف می‌شود ولی این اثر ضعیف ونامشخص است. ازگلهایی که رنگ تیره دارد برای رنگ کردن شراب استفاده می‌شود.

Mallow

پنیرک

(*Malva neglecta* Wallr. = Dwarf Mallow, *M. sylvestris* L. = Common Mallow or Blue Mallow, Malvaceae).



شرح: پنیرك (Dwarf mallow) گیاه خزنده و پایایی به ارتفاع ۱۰–۱۵ سانتی‌متر و ساقه‌های کرکدار منشعب است. برگهای آن دارای پایه‌های دراز، قلوه‌ای شکل یا تا اندازه‌ای گرد با ۵–۷ لوب و کرکداراست. رنگ گلها صورتی تاسرخ وقطر آنها ۱۵ میلی‌متر است. پنیرك معمولی (Common mallow) معمولا پایا و دارای ۳۰–۱۵۰ سانتی متر ارتفاع و ساقه‌های ستبر، منشعب و کرکدار است. برگهای آن کرکدار، قلوه‌ای شکل و تا اندازه‌ای گرد است و دارای لوبهای عمیق‌تری از گونهٔ قبلی است. گلهای آن بزرگ به‌طول ۴ سانتی‌متر و صورتی تا سرخ رنگ است. درهردو گونه میوه‌مسطح، دکمه‌ای شکل و دارای قسمتهای متعدد است. در ماههای اردیبهشت تاشهریور گل می‌دهدونسبتاً خوشبو است. مزه آن موسیلاژی است.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك و خیلی بندرت گلهای پنیرك معمولی.

زیستگاه وگردآوری: هردوگونهٔ این گیاه در محلهای مرطوب، کنارجاده‌ها، مزارع و غیره یافت‌می‌شود. در بریتانیا نیز وجود دارد. آن‌رادرماههای‌خردادتامرداد گردآوری کرده و بسرعت درسایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف ایران از جمله اطراف تهران، گیلان، آذربایجان، نواحی غربی دریای خزر، مرکز ایران، اصفهان، خراسان وجنوب ازجمله‌بندرعباس، قشم و نیزکرمان، بلوچستان واراك می‌روید.

ترکیبات و اثر: هر دو گونهٔ گیاه حاوی موسیلاژ، اسانس‌فرار ومقدارکمی‌تانن‌است. دارای خواص ضد التهابی و مسهل ملایم است.

مصرف: تقریباً همیشه به شکل دم کرده (یك لیترآب سرد را برروی یك‌مشت ازگیاه می‌ریزند و ۲–۳ دقیقه می‌جوشانند) برای کمپرس کردن آبسه‌ها، کورکها، جوشها و غیره مصرف می‌شود. بندرت ازراه خوراکی به‌عنوان یك مسهل ملایم استفاده می‌شود.

Lime

زیرفون

(*Tilia cordata* Mill. = Small-leaved Lime, *T. platyphyllos* Scop. = Large-leaved Lime, Tiliaceae), Linden Flowers.



شرح: هردو گونهٔ این گیاه درختان بزرگی است. حاشیهٔ برگهای گونهٔ Small-leaved lime دندانه‌های نوك تیزی دارد. بر روی قسمتهای پایه‌ای رگبرگهای ثانوی رشته‌های قهوه‌ای رنگ تاروجود دارد. گل آذین آن شامل ۵-۱۱ گل روی یک دمگل منفرد با یک برگک نیزه‌ای و متصل به پایه است. هرگل پنج کاسبرگ مایل به‌سبز تاسفید، پنج گلبرگ و تعداد زیادی پرچم دارد. گونهٔ large -leaved lime برگهای بزرگتری با رشته تارهای سفید رنگ بر روی قسمتهای پایه‌ای و برگهای ثانوی دارد و در گل آذین فقط ۳-۶ گل وجود دارد. در بین ماههای اردیبهشت تاتیر گل می‌دهد. دراروپای مرکزی T.argenta دارای برگهایی باسطح تحتانی سفیدنقره‌ای رنگ است و American Lime با برگهای بزرگتر و گلهای با ۱۰ گلبرگ نیز یافت می‌شود. گلهای این دو واریته نباید به عنوان دارو مصرف شود زیرا ممکن است در بعضی اشخاص استفراغ واسهال ایجاد کند.

قسمت مورد استفاده: گلهای خشك و بندرت پوست.

زیستگاه وگردآوری: هردو گونهٔ این گیاه بصورت وحشی در جنگلها و بیشه‌ها وجود دارد واغلب کاشته می‌شود. بومی بریتانیاست بخصوص روی خاکها یا سنگهای آهکی دیده می‌شود، غالباً کاشته می‌شوند. گلهای آن‌را بلافاصله پس‌از بازشدن گردآوری کرده ودر سایه در حرارت ۳۵ درجه سانتی گراد می‌خشکانند. پوست آن را باید در ماههای فروردین تا اردیبهشت گردآوری کرد.

ایران: این گیاه در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلهای این گیاه حاوی اسانس‌فرار، موسیلاژ، تانن ومقدارکمی ساپونین است. اثرعرق‌آور(Sudorific) و مسهل‌ملایم دارد. پوست‌آن مقدار زیادی تانن وموسیلاژ دارد و خاصیت ضد التهابی دارد.

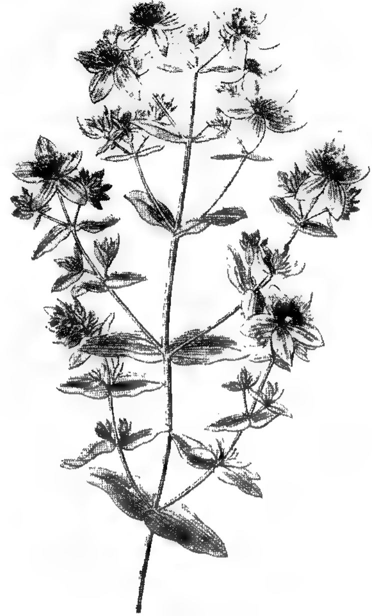
مصرف: ازگلهای این گیاه به‌عنوان‌عرق‌آور و برای رفع تشنگی در اختلالات ناشی از چایمان مصرف می‌شود(آب جوش را بر روی گلها بریزید و بگذارید بماند ، آن را نجوشانید زیرا بخاطر تجزیه ترکیبات فعال آن یك رنگ قرمزایجاد می‌شود). ازدم‌کردهٔ پوست‌این گیاه به‌شکل مالیدنی‌استفاده می‌شود ولی از پوست‌آن در ضمادهااستفاده می‌شود.

St John's Wort

علف‌چای،

گل راعی، هوفاریقون

(*Hypericum perforatum* L., Hypericaceae).



شرح: گیاهی پایا به‌ارتفاع ۲۵–۹۰ سانتی‌متر است که ساقه‌های آن درقاعدهٔ گیاه منشعب‌تر و دارای دوخط برجسته در طول خود است. برگهای آن متقابل، بیضوی، به‌طول ۱/۵–۳ سانتی‌متر، کامل، بدون کرك و تعداد زیادی غدد روغنی کروی و شفاف در سطح آن با نقاط کوچك و سیاهرنگ در کناره‌هاست. گلهای آن به‌رنگ زرد طلایی به‌قطر ۲۰–۲۵ سانتی‌متر و به‌شکل دیهیم انتهایی است. در پنج گلبرگ بیضوی آن نقاط ترشحی سیاهرنگ مشاهده می‌شود که در موقع فشار دادن روغن قهوه‌ای تیره‌رنگی از آن تراوش می‌شود. زمان گل دادن آن از اواخر اردیبهشت تا اواخر مهرماه است.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار تازه یا خشك و نیز گلهای تازه.

زیستگاه وگردآوری: علف‌چای در جنگلها، پرچینها، بیشه‌ها وکنار جاده‌های اروپا مشاهده‌می‌شود. در بریتانیا به‌وفور بخصوص برروی‌خاکهای آهکی می‌روید. دربین‌ماههای خرداد تا شهریور آن‌را گردآوری کرده ودر سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه درنواحی مختلف البرز، کرج، راه چالوس، رضائیه، شمال ایران، گیلان، لاهیجان، طالش، خراسان، مغرب ایران بروجرد، کوه الوند و نهاوند می‌روید.

ترکیبات واثر: علف‌چای حاوی تانن، مقدارکمی‌اسانس‌فرار، فلاونوییدهاورنگدانه قرمزی بنام (hypericine) است. از طریق داخلی این گیاه اثر ضد اسپاسم، ادرارآور ملایم و تحریك ترشحات دستگاه گوارش بخصوص صفرا را دارد. اگرحیوانات آن‌را بخورند هیپریسین موجود آن ایجادحساسیت نسبت به‌نور (Photosensitivity) در آنها می‌کند. باعث بهبود زخمها، بریدگیها و سوختگیها می‌شود.

مصرف: تیزان تهیه شده از گیاه خشك علف‌چای (۱–۲ قاشق غذاخوری از گیاه را در یك لیتر آب سرد بریزید، بجوشانید و بگذارید بماند) در اختلالات گوارشی، بخصوص وقفه ترشح صفرا و قاعدگی نامنظم مصرف می‌شود. از طریق خارجی به شکل روغن علف چای (صد گرم سرشاخهٔ گلدار کوبیده و تازه گیاه را به مدت ۱۵ روز در آفتاب در ۲۵۰ گرم روغن‌زیتون بخیسانید، مرتب تکان بدهید، بگذارید بماند و سپس صاف کنید) برای التیام زخمها وخونمردگی استفاده می‌شود.

Heartsease

بنفشه فرنگی،

(*Viola tricolor* L., Violaceae), Wild Pansy, Love-Lies-Bleeding, Herb Trinitatis.

بنفشه سه‌رنگ



شرح: گیاهی یکساله است که ارتفاع آن تا ۳۵ سانتی‌متر می‌رسد. برگهایش بسیار متنوع، به‌طول ۴ـ۱۰ سانتی‌متر، قلبی‌شکل تا نیزه‌ای و دارای بریدگیهای عمیق است. برگهای ساقه همیشه بریدگیهای منقطع و گوشواره‌های چنگی‌شکل‌دارد. گلبرگ گلها زرد یا چندرنگی است و این نوع از نظر گیاه‌شناسان برتری‌دارد. در بهار تا آخر تابستان گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار گیاه یا گیاه‌کامل خشك شده با ریشه (برای مصارف خانگی).

زیستگاه وگردآوری: علف آن درزمین مرطوب و علفزار کاشته می‌شود. در بریتانیا وجود دارد. اغلب در باغها به‌وسیلهٔ دانه در فروردین تا اردیبهشت کاشته می‌شود وگلهایی با رنگهای مختلف دارد. در موقع گل دادن آن را گردآوری کرده و بسرعت در سایه می‌خشکانند.

ایران: در نواحی شمالی ایران مشاهده می‌شود.

ترکیبات واثر: در تمام قسمتهای بنفشهٔ سه رنگ ساپونینها، مشتقات اسید سالیسیلیك وفلاونوییدها وجود دارد. دارای اثر ادرارآور، تب‌بر و عرق‌آور است و برای درمان التهاب مخاط برونشها و رماتیسم استفاده می‌شود.

مصرف: ازطریق خوراکی همیشه به‌شکل تیزان (دوقاشق غذاخوری پراز گیاه نرم شده را با نیم‌لیترآب بجوشانید وبگذاریدبماند) برای خیز عمومی و التهاب مخاط دستگاه تنفسی مصرف می‌شود. برای از بین بردن بثورات پوستی‌درکودکان وبزرگسالان‌استفاده می‌شود. اثرآن از طریق خوراکی با مصرف خارجی کمپرسهای همین دم کرده تقویت می‌شود. همچنین‌برای رماتیسم، بویژه‌رماتیسم مفاصل‌که با تب همراه است مقدار ذکر شده بالا روزی دوبار مصرف می‌شود.

Violet

بنفشه،

(*Viola odorata* L., Violaceae), Blue Violet, Sweet Violet.

بنفشه معطر



شرح: بنفشه گیاهی پایا با ریزومهای خزنده منشعب و شاخه‌های خزنده زیر زمینی است که در انتها ریشه می‌دهد. برگهای آن که همزمان با گلها ظاهر می‌شود کوچك، به‌طول ۲ـ۴ سانتی‌متر، قلبی شکل تا بیضوی پهن با حاشیه‌های دندانه‌دار است. برگهایی که بعد از گلهای بهاری بوجود می آید بزرگتر است. گلهای آن در فروردین تا اردیبهشت ظاهر می‌شود، به‌رنگ بنفش تیره ومعطراست وعموماً عقیم است. در مردادماه گیاه بزرگتر شده، درخشندگی گلها کم‌شده و کاسبرگها بیرنگ می‌شود که علائم باروری وتشکیل دانه است.

قسمت مورداستفاده: گلهای خشك، قسمتهای خشك‌شده هوایی گیاه، تمام‌قسمتهای گیاه به‌همراه ریشه به‌شکل خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در ساحل رود ـ خانه‌ها، زیر پرچینها، در جنگلها وکشتزارها می‌روید. در اروپا به‌فراوانی پراکنده است. در بسیاری از قسمتهای بریتانیا معمولاً در خاکهای آهکی مشاهده می‌شود. گلهای آن‌را در فروردین تا اردیبهشت گردآوری می کنند. گیاه‌کامل را باید دربهار موقع گل‌دادن گرد-آوری‌کرد. درسایه خشکانده می‌شود.

ایران: بنفشه معطر در بسیاری ازنواحی ایران، مخصوصاً درکوهستانها و زیر سایه درختان می‌روید. در نواحی شمالی ایران، منطقه البرز، رودبار و نواحی مختلف دیگر نیز بچشم می‌خورد.

ترکیبات واثر: تمام قسمتهای گیاه‌حاوی ساپونینها و مشتقات اسید سالیسیلیك است. گلهای آن دارای موادخوشبو است که‌ارزش دارویی ندارد زیرا لاله‌آلپی (dog violet) نیزکه گلهای خوشبویی دارد همین اثر را دارد. یك داروی مدر، از بین برنده خلط و خلط‌آور درالتهاب مخاط دستگاه‌تنفسی‌است. بنفشه همچنین تب‌براست وددردهای‌رماتیسمی را تسکین می‌دهد.

مصرف: اساساً به‌شکل تیزان(۱ـ۲قاشق غذاخوری پر ازگیاه ساییدهٔ‌ریز را بانیم‌لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) برای رفع التهاب غشاء مخاطی دستگاه تنفس، به‌عنوان یك داروی مفید برای ناراحتیهای سینه (Pectoral) مصرف می‌شود. برای‌این‌منظور می‌توان آن‌را جانشین ریشه (Senega) یا سایر داروهاکرد. از بنفشه بندرت به‌عنوان مدر یا در درمان رماتیسم استفاده می‌شود. برگهای‌کوبیدهٔ آن‌را گاهی می‌توان برای التیام سریع‌تر روی زخمها مالید.

Mezereon

مازریون

(*Daphne mezereum* L., Thymelaeaceae), Spurge Olive.



شرح: درختچه برگ‌ریزی به ارتفاع ۳۰۰-۵۰ سانتی‌متر است و برگهای آن فقط در نوك ساقه ظاهر می‌شود. برگهایش بیضوی یا نیزه‌ای به طول ۸ سانتی‌متر و پهنای ۲ سانتی‌متر است. گلها که به فاصلهٔ کوتاهی پیش از برگها ظاهر می‌شود، خیلی کوتاه، پایه‌دار یا بدون پایه است و در گروههای ۲-۴ تایی شاخه را می‌پوشاند. رنگ گلها مایل به قرمز تاصورتی و دارای نهنج غده‌ای یا قیفی به طول ۵-۱۰ سانتی متر و چهار کاسبرگ گسترده است. فاقد گلبرگ بوده و بوی آن قوی و مطبوع است. میوه‌ای به‌شکل یك دانه‌سرخ‌دارد. در ماه بهمن تا اوایل بهار گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: پوست خشك یا تازه.

زیستگاه‌وگردآوری: درخاکهای مرطوب جنگلها، بیشه‌هاو دره‌های تنگ و به‌طورعمده در مناطق کوهستانی اروپا یافت می‌شود. بومی انگلستان است و روی خاکهای آهکی می‌روید. پوست آن را در فروردین تا اردیبهشت گرد-آوری می کنند و در سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در شمال غربی ایران، جنگلهای طالش و کلاردشت می‌روید.

ترکیبات و اثر: یك رزین سوزاننده است. مالیدن مقدار جزیی آن بر روی پوست یا مخاطها باعث جمع شدن موضعی خون می‌شود. مالیدن طولانی آن روی پوست ایجاد تاول می کند و مالیدن بیشتر و مداوم آن سبب ضایعات بافتهای زیرجلدی می‌شود. ازطریق خوراکی ممکن است ضایعات شدید دستگاه گوارش بدهد. دانه‌های آن نیزسمی است و ۱۰-۱۵ عدد آن ممکن است کشنده باشد.

مصرف: اثرات مازریون شبیه بنفشه است و نباید هرگز آنرا خورد. حتی ازطریق خارجی پوست تازه یا پوست مرطوب وخشك شده را فقط باید با مراقبت زیاد روی زگیلها مالید. بندرت بعنوان یك مالیدنی موضعی برای تسکین درد مصرف می‌شود.

توجه: پوست مازریون فارما کوپهٔ کدکس ۱۹۳۴ از گونه‌های مختلف D. mezereum L.، D. laureola L. و D. gnidium L. به‌دست آمده است.
Spurge Laurel (D. laureola L.) بومی بریتانیاست ویك بوته همیشه سبز با گلهای سبز و میوه‌سته سیاه رنگ است. ترکیبات و اثرهای آن شبیه مازریون است.

Sanicle

سانیکو،

(*Sanicula europaea* L., Umbelliferae), Wood Sanicle, Pool Root, Butterwort.

چوبلمه

زیستگاه و گردآوری: درخاکهای حاوی مواد آلی جنگلها و بیشه‌ها می‌روید. بندرت درجنگلهای درختان‌سوزنی برگ (مخروطیان) اروپا مشاهده می‌شود.در بریتانیا درجنگلهای گچی راش (Beechwoods) و جنگلهای بلوط (Oakwoods) به‌طور معمول‌می‌روید. برگهای این گیاه را موقعی که گل می‌دهد گرد آوری می کنند. ریزومها را در پاییز گردآوری کرده در سایه می‌خشکانند.

یران: سانیکو در نواحی شمال ایران، بندر گز و مازندران می‌روید.

ترکیبات و اثر: برروی ترکیبات آن از نظر شیمیایی هنوز کاملاً مطالعه نشده است. مقدار کمی اسانس فرار، تانن و یك ساپونین دارد. یك‌داروی ضد التهاب بویژه برروی مخاطهاست و التیام زخم را تسریع می کند. اثر فرضی بندآورنده خون‌این‌گیاه (مخصوصاً برای خونریزیهای معده و زیادی قاعدگی) بسیار مورد تردید است و نیاز به‌تحقیق بیشتر دارد.

مصرف: از طریق‌خارجی به‌شکل‌لوسیون (۱ــ۲ قاشق غذاخوری پر گیاه‌کاملاً خرد شده را به‌مدت دودقیقه با یك لیتر آب بجوشانیدو بگذارید بماند) برای التیام زخمها به کار می‌رود. از برگهای کوبیدهٔ این‌گیاه نیز اغلب استفاده می‌شود. دم کردهٔ آن‌را می‌توان به‌شکل دهان شویه برای رفع التهاب دهان و گلو مصرف کرد. اثر آن به‌عنوان یك داروی بند-آورندهٔ خون از طریق خوراکی یا از راه مصرف‌خارجی قطعی نیست.



شرح: گیاهی‌پایا با ریزوم‌وریشه‌چه‌های قهوه‌ای‌کوتاه است. برگهایی به‌طول ۴ــ۱۰ سانتی‌متر، با دمبرگ دراز، گرد یاقلبی شکل دارد. ظاهر برگها پنجه‌ای و مرکب از ۳ــ۵ لوب منقسم و دندانه‌دار است که در قسمت فوقانی آن نامنظم است. طول ساقه ۱۵ــ۵۰ سانتی‌متراست و به جزدرمنطقه گلدار (floral) منشعب است. گل‌آذین‌آن‌از ۱ــ۵ چتراصلی کم‌گل و چترهای فرعی‌تشکیل شده است. رنگ گلها صورتی یاسفید است و در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا تیر ظاهرمی‌گردد.

قسمت مورد استفاده: برگهای خشك، بندرت‌تمام قسمتهای گیاه‌گلدار یاریزوم آن.

Chervil

جعفری وحشی

(*Anthriscus sylvestris* (L.) Hoffm. = Cow Parsley, Keck ; *A. cerefolium* (L.) Hoffm. = Chervil, Umbelliferae).

شرح: Cow Parsley گیاهی است دو- ساله یا پایا، به‌طول ۵۰-۱۵۰ سانتی‌متر با ساقهٔ پوك و ۲-۳ برگ شانه‌ای است. گلهای آن سفید و چتری است. Chervil گیاهی یکساله است که ارتفاع ساقه‌اش به ۷۰ سانتی- متر می‌رسد و شیارهای ریزی‌دارد. دارای برگها ۲-۴ شانه‌ای با قطعات بیضوی است و دندانه‌های آنها کم‌عمقتر ازگونهٔ قبلی است. تمام قسمتهای گیاه مزهٔ شیرینی‌شبیه به‌مزهٔ دانهٔ رازیانه دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه تازه یاخشك و یا برگ تنها.

زیستگاه وگردآوری: Cow Parsley در سراسر اروپا در مزارع و جنگلها می‌روید. اغلب به‌مقدار زیاد در بریتانیا پراکنده‌است. Chervil در پرچینها و محلهای مرطوب می‌روید وازپراکنده‌شدن دانه‌ها به‌هنگام کشت حاصل‌می‌شود.و بومی بعضی‌مناطق‌بریتانیاست. به وسیلهٔ دانه در ردیفهای با فاصلهٔ ۱۵-۲۵ سانتی متر کشت داده می‌شود. برگهای آن را از زمان پیدایش یا موقعی که‌گیاه‌گل دارد گردآوری می‌کنند و در سایه می‌خشکانند.

ایران: در نواحی مختلف البرزوشاهزاده کوه در ارتفاعات ۲۸۰۰ متری می‌روید.

ترکیبات و اثر: هر دو گونهٔ این گیاه حاوی اسانس فرار است که با یکدیگر متفاوت‌اند. گونهٔ Cow Parsley یك‌ادرارآور ملایم و محرك متابلیسم است. همچنین سبب



انقباض رحم می‌شود.

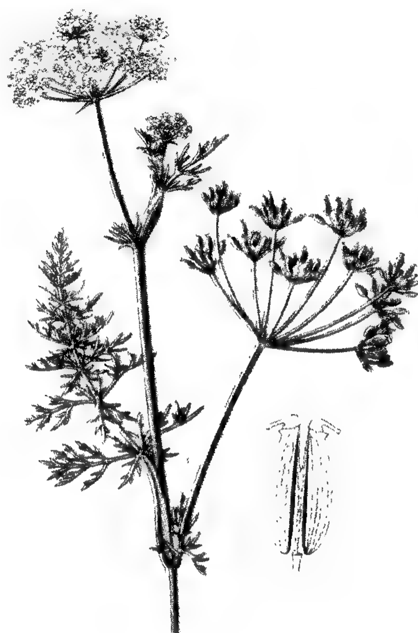
مصرف: گیاه‌کاملاخردشده Cow Parsley اغلب به‌عنوان سالاد خورده می‌شود. دم‌کردهٔ برگهای‌تازه یا خشك‌آن(نیم‌لیتر آب‌جوشیده را بر روی ۱-۲ قاشق غذاخوری پرازگیاه بریزید وبگذارید بماند) نیزمصرف می‌شود. در صنایع دارویی آب Chervil نیزتهیه می‌شود. برای‌درمان‌خیزهای‌خفیف،اختلالات معده و بعضی‌بثورات جلدی مصرف می‌شود و به التیام زخمها کمك می‌کند. از گونه Chervil تنها به عنوان ادویه یا چاشنی استفاده می‌شود.

Caraway

زیره

(*Carum carvi* L., Umbelliferae), Caraway Seed.

زیره‌سیاه



شرح: زیره گیاه دوساله‌ای است که در سال اول طوقی مرکب از ۲ـ۳ برگ‌شانه‌ای دراز تشکیل می‌دهد. درسال دوم ساقه‌ای به‌طول ۲۰ـ۱۰۰ سانتی‌متر با برگهای کم و چترهایی ازگلهای سفید کوچك ایجادمی‌کند. طول میوهٔ آن ۳ـ۵ سانتی‌متر ومستطیلی‌است و برحسب زیستگاه در فاصله ماههای تیر تا آبان می‌رسد.

قسمت مورداستفاده: میوهٔ رسیده.

زیستگاه وگردآوری: در چمنزارها و مراتع مرطوب اروپا، بیشتردرارتفاع ۸۰۰ـ ۲۰۰۰ متری می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنده است ولی خیلی بندرت در محلهای مرطوب بومی می‌شود. برای گردآوری میوه‌های قهوه‌ای‌چترهای‌رسیده‌گیاهان‌وحشی را قطع می‌کنند تا کاملا برسد. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهای ۳۰ـ۴۰ سانتی‌متری به‌طور جداگانه در بهار انجام می‌گیرد. برداشت محصول در تیرماه سال دوم با قطع کامل گیاه صورت می‌گیرد و به‌صورت‌دسته‌ کرده می‌گذارند تا برسد. بازدهٔ عمل ۷ـ۲۰ کیلوگرم در هر صدمترمربع است. در بازار تجارت فقط میوهٔ نوع پرورش‌یافته آن موجود است.

ایران: زیرهٔ سیاه در نواحی شمال‌غربی ایران، نهاوند، البرز، نواحی جنوبی ایران، بلوچستان وارتفاعات ۳۰۰۰متری کوه‌لاله‌زار کرمان می‌روید.

ترکیبات واثر: زیره‌مقدارزیادی اسانس فرار دارد که ترشح شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. اثر قابل ملاحظه‌ای در جلوگیری از ایجاد بادهای اضافی در روده و درمان اسهال دارد.

مصرف: دانهٔ زیره را یا می‌جوند ویا یك نوك چاقو از گرد گیاه را با آب مخلوط می‌کنند. برای تنبلی اعمال گوارشی، بی‌اشتهایی، باد یا درد روده مصرف می‌شود. همچنین می‌توان تیزان (یك‌قاشق‌مرباخوری از میوهٔ له شدهٔزیره‌را بانیم‌لیترآب دم‌کنید و بگذاریدبماند) یا عرق زیره را خورد.

Parsley

جعفری

(*Petroselinum crispum* (Mill.), A. W. Hill, Umbelliferae).



شرح: جعفری گیاه دو ساله‌ای است که در سال اول از برگهای طوقی پایه‌ای و در سال دوم ساقه‌ای گلدار که در بالا منشعب است، تشکیل می‌دهد. ریشهٔ اصلی آن ستبر، کمی منشعب و دارای تعداد کمی ریشه‌چه است و ضخامت آن تا ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد. برگ گیاهان وحشی دارای بریدگیهای مثلثی، به‌شکل ۲–۳ تایی و شانه‌ای است و دارای قطعات نامرتب دندانه‌ای است. در اثر انتخاب، گیاهان کاشته شده برگهای بریده و پیچکدار دارد. در هر چتر آن ۱۰–۲۰ گل وجود دارد. میوهٔ این گیاه به‌درازی ۲–۳ میلی‌متر و به‌رنگ خاکستری تا قهوه‌ای و بیضوی شکل است و بوی قوی دارد.

قسمتهای مورد استفاده: برگ، ریشه و میوهٔ خشك. به‌عنوان معطر کننده از برگهای خشك جعفری استفاده می‌شود.

زیستگاه و کشت: گیاه بومی کشورهای مدیترانه شرقی است. فعلا در تمام نقاط دنیا به‌وسیلهٔ دانه کاشته می‌شود. اگر ریشه‌های آن را باید گردآوری کنند یك واریته مخصوص با ریشه‌های ضخیم می‌کارند . برگهای سال اول را درفاصلهٔ ماههای تیر تا شهریور و برگهای سال دوم را در بهار و تا هنگامی که گیاه گل دارد، گردآوری می کنند. ریشه را در ماههای مهر تا آذر از گیاهان یکساله گرد-آوری می کنند. عمل خشك کردن باید در حرارت کمتر از ۴۰ درجهٔ سانتی گراد انجام گیرد.

ایران: جعفری در بسیاری از مناطق ایران کاشته می‌شود.

ترکیبات و اثر: در تمام قسمتهای جعفری، بیشتر در میوه و به‌مقدار کمتری در برگ ، اسانس فرار وجود دارد. با مقادیر کم اشتها را تحریك می کند و یك داروی مدر است . با مقادیر زیاد جریان خون مخاطها ، دستگاه گوارش و رحم را افزایش می‌دهد و اعمال این عضو را تحریك می کند. مقادیر زیاد آن سمی است و سبب خونریزی و سر گیجه می‌شود.

مصرف: دم کردهٔ جعفری (یك قاشق غذا-خوری از برگهای کاملا خرد شده یا یك قاشق مرباخوری از ریشهٔ کاملا خرد شده و یا ۱–۲ نوك چاقو از میوهٔ له شدهٔ جعفری را در نیم لیتر آب دم کنید) به‌عنوان یك داروی مدر برای درمان ورم عمومی، التهاب کلیه‌ها و مثانه مصرف می‌شود . همچنین برای جلو-انداختن قاعدگی از آن استفاده می‌شود. از مصرف مقادیر زیاد جعفری ، بویژه به وسیلهٔ زنان آبستن باید خودداری شود.

Burnet Saxifrage

(*Pimpinella major* (L.) Huds. = Greater Burnet Saxifrage, *P. saxifraga* L. = Burnet Saxifrage, Umbelliferae).





شرح: هردوگونهٔ این گیاه، علفی پایا با ریشهٔ راست و کمی منشعب‌اند . ریشهٔ آن بویی شبیه‌بوی بز دارد وازاین‌طریق بسرعت از سایر گیاهان تشخیص‌داده می‌شود. برگهای پایه تك‌شاخه‌ای ساده، با برگچه‌های بیضوی وحاشیه دندانه‌دار است. طول‌ساقهٔ P.major بین ۴۰ـ۲۰۰ سانتی‌متر وساقهٔ P.saxifrage بین ۲۰ـ۶۰ سانتی‌متر است. گلهای آن سفید یا مایل به‌صورتی و به‌شکل چترهای انتهایی کوچك است. گونهٔ اول در اردیبهشت تا تیر ماه وگونهٔ دوم درماههای تیر تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه و گردآوری:

Greater Burnet Saxifrage در مراتع ، چمنزارها ، حاشیهٔ جنگلهای باز و بیشه‌های اروپای مرکزی می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنده است . Burnet Saxifrage در چمنزارها و مناطق گرم بیشتر می‌روید و در بریتانیا ، بندرت در شمال و معمولا بر روی خاکهای گچی پراکنده است. ریشهٔ آنها را در اواخر پاییز یا دربهار گردآوری می‌کنند و در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: درآذربایجان، افشار، بین‌قطورسو و زرشورا می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی اسانس فرار، یك ساپونین، تانن و مشتقات کومارین است. این گیاه ترشح مخاطها بخصوص مخاط برونشها را افزایش می‌دهد. اثرپیشاب‌آوری این گیاه قطعی نیست.

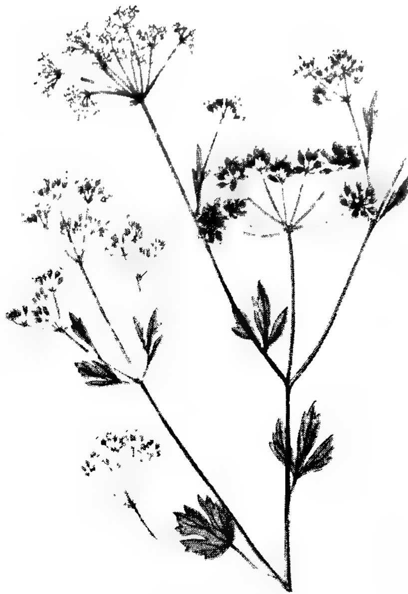
مصرف: از راه خوراکی به‌عنوان خلط‌آور در التهاب مخاط دستگاه تنفس مصرف می‌شود. بندرت یك داروی پیشاب‌آور برای خیز عمومی بدن یا عفونتهای کلیه و مثانه به‌شکل دم کرده (نیم لیتر آب سرد را روی یك قاشق‌غذاخوری از گرد زبر ریشه‌بریزید وبجوشانید) مصرف می‌شود.ازراه‌خارجی‌این دم‌کرده را می‌توان برای التیام روی زخمها مالید.

توجه: نام عمومی این دو گیاه گمراه‌کننده است . دو گونهٔ این گیاه دارویی نه burnet (از تیرهٔ گل سرخ) است و نه saxifrage (از فامیل Saxifragaceae).

Aniseed

بادیان رومی

(*Pimpinella anisum* L., Umbelliferae), Anise.



شرح: بادیـان رومی گیاهـی یکساله با ریشهٔ راست، باریك و ساقـهٔ خط‌دار است. برگهای پایینی‌ساقهٔ‌کامل، گرد یا قلوه‌ای‌شکل و برگهای بالایی منقسم و دارای ۲-۳ لوب با محور مشخص است. گلهای کوچك وسفید آن به‌شکل چترهای‌باریك است. میوهٔ رسیدهٔ آن به رنگ مایل به قهوه‌ای تا خاکستری و دارای شیارهای مجزاست. گیاه‌کامل آن‌بوی معطر مشخص دارد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ خشك شده.

زیستگاه وکشت: منشأ این‌گیاه مشرق‌زمین است ولی درحال حاضر به‌طور تجارتی در کشورهای مدیترانه‌ای پرورش می‌یابد. بومی بریتانیا نیست ولی گاهی به‌شکل علف‌درباغها می‌روید. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهای ۳۰ سانتی‌متری‌جداگانه‌دربهارانجام‌می‌گیرد. میوهٔ رسیدهٔ آنرا در فاصلهٔ ماههای تیر تـا شهریور گردآوری می‌کنند.

ایران: این گیاه در نواحی شمال غربی ایران ازجمله تبریز و جنوب غربی می‌روید.

ترکیبات واثر: بادیـان رومـی حاوی اسانس فراری با مزهٔ شیرین و بـویی معطر است. قسمت اعظـم این اسانس را آنیتول (Anethole) تشکیل می‌دهد. بادیان رومـی مانند رازیانه یك داروی خلط‌آور و تضعیف کنندهٔ سرفه‌است. سایرخواص‌آن شبیه رازیانه است (به‌گیاه‌بعدی مراجعه شود). مقادیرزیاد آن سبب مسمومیت می‌شود.

مصرف: از تیزان این‌گیاه (مانندرازیانه تهیه می‌شود) برای رفع‌التهاب مخاطها، نفخ و دیگراختلالات‌معده استفاده می‌شود. خاصیت مسهلی ملایمی نیز دارد.

Fennel

رازیانه

(*Foeniculum vulgare* Mill., Umbelliferae), Sweet Fennel.



شرح: رازیانه گیاهی دوساله یا پایا با ریشهٔ محکم وگرد و ساقهٔ سبز مایـل به آبی به‌طول ۷۰ سانتی‌متر تا دومتر است. بر روی ساقهٔ آن‌خطوطِ طریزی‌مشاهده می‌شود. برگهای آن ۳ـ۴ تایی روبرو در دو طـرف دمبرگ (pinnatisect) است ودارای تقسیمات بسیار باریك و اغلب نخی‌شکل است. گلهای آن‌در سال دوم چترهای بزرگ تشکیل مـی‌دهد و کوچك و زردرنگ. میوه‌هایش ابتدا مایل به آبی و سپس قهوه‌ای تا آبی‌رنگ می باشد. تمام قسمتهـای گیاه خوشبوست. نژادهـای مختلف رازیانه میوه‌هایی شیرین یا تلخ و یا گس‌دارد.

قسمت مورد استفاده : میـوهٔ رسیده خشك وبندرت ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه وکشت: رازیانه گیاه‌بومی‌مناطق مدیترانه‌ای‌است وبه‌مقدار زیاد درمناطق گرم کاشته می‌شود. همچنین به‌شکل وحشی‌نیزیافت می‌شود. در ساحل دریا و محلهای مرطـوب انگلستان وویلز مشاهـده می‌شود. کشت آن به‌وسیلهٔ دانه در ردیفهـای ۱۵ سانتی متری جداگانه انجام می گیرد و گیاه‌درسال دوم‌در ردیفهای ۶۰سانتی‌متری‌جداگانه‌کاشته‌می‌شود. محصول آنرا در ماههای شهریور تا آبـان برداشت می کنند. چترهای وسطی راکه‌ابتدا می‌رسد موقعی‌که قهوه‌ای می‌شود ازگیاه‌جدا می‌کنند و در محلی که خوب تهویه می‌شود می گذارند تاکاملا برسد. هنگامی‌که چترهای باقیمانده قهوه‌ای‌رنگ شد محصول‌را به‌طور کامل‌برداشت می کنند و گیاهان را در حالت دسته‌بندی شده می گـذارند. سپس آنها را به‌وسیلهٔ گندم‌کوب می کوبندیا برای‌جداکردن میوه‌ها آنها را شانه می‌کنند. بر روی یك کشتزار ممکن است ۲ـ۳ سال‌کار کرد. بازدهٔ عمل‌۸ـ۲۰ کیلوگرم‌درهرصد متر مربع است.

ایران: رازیانه درنواحی‌شمالی ایران و نواحی مختلف البرز می‌روید.

ترکیبات و اثر: یك اسانس‌فرار با بویی بسیار مشخص و مزه‌ای شیرین دارد . دارای خواص بادشکن، محرك اشتها و پیشاب‌آوری ملایم است. یك محرك ملایم اعمال روده‌ای است. با مقادیر بسیار زیاد سبب مسمومیـت می‌شود.

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم‌لیتر آب سرد را بر روی یك قاشق غذاخوری از میوهٔ لـه شدهٔ‌آن بریزید وبجوشانید) برای‌رفع‌التهاب برونشها، بادهای روده و افـزایش ترشح شیر مصرف می‌شود. یك مسهل ملایم‌است ومعمولا برای این منظور ازگردآن مخلوط باشیرین‌بیان و برگ سنا (گرد شیرین بیان مرکب) استفاده می‌شود. لوسیون آن را بندرت برای ازبین‌بردن التهاب چشمها به‌کار می‌برند.

Lovage

(*Levisticum officinale* Koch, Umbelliferae),
Old English Lovage.

انجدان رومی،

گل شوری



شرح: گیاه زیبا وپایایی است که‌دارای ریشه‌ای ضخیم با انشعابهای کم‌است وارتفاع ساقه‌اش تا دومتر می‌رسد. بـرگهای تحتانی بزرگ، بادمبرگهای دراز، به شکل سه برگ شانه‌ای و به‌طول ۷۰ سانتی‌متر است. برگهای ساقهٔ آن به‌طرف نوك کمتر منقسم‌است به‌طوری که در بالاترین نقطه کامل ونیزه‌ای شکل‌است. گلهای‌زرد رنگی به‌شکل چترهای سفت دارد. تمام قسمتهای گیاه بـویی قـوی شبیه بوی کرفس دارد.

قسمت مـــورد استفاده: ریشهٔ خشك این گیاه مصرف دارویی دارد. بنـدرت نیز از گیاه کامل خشك استفاده می‌شود. گیاه تازه‌یا خشك شدهٔ آن‌را به‌عنوان ادویه به‌کارمی‌برند.

زیستگاه وکشت: اگرچه گونه‌های‌وابستهٔ آن در ایران یافت می‌شود ولی فعلا به‌عنوان یك گیاه وحشی شناخته نمی‌شود. در بسیاری از قسمتهای اروپای مرکزی‌وباغهای انگلستان به‌وسیلهٔ دانه‌کاشته می‌شود. بافواصل ۴۰–۵۰ سانتی‌متری این گیاه را درخاکهای کوددار می‌کارند. ریشهٔ آن‌را در پاییز سال دوم گرد-آوری می‌کنند، برش طولی‌می‌دهند ودرسایه (یا آفتاب اواخر پاییز) مـی‌خشکانند. بازدهٔ عمل ۲۰–۳۸ کیلوگرم ریشهٔ خشك درهرصد مترمربع است.

ترکیبات واثر: انجدان رومی حاوی‌یك اسانس فرار و مشتقات کومارینی‌است.دارای اثر پیشاب‌آور، بویژه در خیز عمومی است. اشتها را تحریك می‌کند، هضم‌کنندهٔ غذاست و دردهای ناشی از نفخ را تسکین می‌دهد.

مصرف: تیزان این‌گیاه (نیم لیتر آب‌سرد را روی یك قاشق‌غذاخوری‌گیاه کامـلا خرد شده بریزید ، بجوشانید و بگذارید بماند) برای درمان خیز عمومی و رمـاتیسم مصرف می‌شود. معمولا انجدان رومی را مخلوط بـا گیاهـان دیگـــر (مـانند سرو کـوهی ، Restharrow وغیره)مصرف‌می‌کنند. بندرت تیزان آن‌را برای نفخ و التهاب غشاءمخاطی برونشها مصرف می‌کنند . برای ایـن منظور استفاده از بخور این گیاه غالباً نتایج خوبی همراه دارد.

Angelica

سنبل ختائی

(*Angelica archangelica* L., Umbelliferae),
European or Garden Angelica.



شرح: گیاه پایایی‌است که ۲ـ۴ سال عمر دارد. در سال اول یك طوقی بزرگ از برگها تشکیل می‌دهد. در سال دوم، سوم یا چهارم فقط یکبار گل و میوه می‌دهد و سپس از بین می‌رود. طول ریزوم آن فقط چند سانتی متر است ولی ممکن است ضخامتش تقریباً به‌اندازهٔ ضخامت یك بازو برسد. انواع وحشی آن فقط چند ریشهٔ مخروطی دارد. ریزوم انواع پرورش‌یافته تعداد زیادی‌ریشه به‌ضخامت یك سانتی‌مترایجادمی کند. برگهای پایه‌ای آن تا ۹۰ سانتی‌متر طول دارد، مثلثی و متقابل است، طول قطعات منقسم آن ۴ـ۸ سانتی‌متر است ودندانه‌های عمیق دارد. تعداد برگهای آن کم‌است و چترهای بزرگ کروی مرکب ازگلهای سفید دارد. درفاصلهٔ خرداد‌ماه تا اوایل شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ریزوم خشك و بندرت جوانه‌های تازه و میوهٔ آن.

زیستگاه وکشت: گیاه‌بومی اروپای‌شمالی است. در بریتانیا درساحل رودخانه‌ها ومحل‌های مرطوب اغلب به‌مقدار فراوان می‌روید. همچنین‌یك گیاه زینتی معمولی است. کشت‌آن بدین ترتیب است‌که دانه‌های‌آن را درپاییز می‌کارند و در شهریور سال بعد گیاه را در فواصل ۵۰ـ۶۰ سانتی‌متری درخاك عمیق‌که زیاد خشك نباشد و تازه کود نداده باشند، نشاء می‌کنند. در سایه یا آفتاب آن را می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: دارای اسانس فرار و مشتقات کومارین است. ترشحات‌گوارشی را تحریك می‌کند، اشتها را افزایش می‌دهد و حرکات پریستالتیسم راکنترل می‌کند. بامقادیر زیاد، ابتدا سیستم اعصاب‌مرکزی را تحریك و سپس فلج می‌کند.

مصرف: ازتیزاناین‌گیاه (یك قاشق‌غذاخوری ازگیاه خرد شده را با نیم‌لیترآب دم کنید) اساساً برای تحریك اشتها استفاده می‌شود. بیشتر به‌شکل لیکور مصرف می‌شود و این‌گیاه یکی از مواد متشکله اصلی‌بسیاری از لیکورهای تجارتی است.

Masterwort

(*Peucedanum ostruthium* (L.) Koch, Umbelliferae).

شرح: گیاه پایایی‌است با ریزوم‌قهوه‌ای حلقوی به‌ضخامت ۱/۵ سانتی‌متر وساقه‌های خزنده‌ای که کلنی‌های زیادی از گیاه جدید تشکیل می‌دهد. برگهای آن ۱–۲ تایی ، سه برگچه‌ای با برگچه‌های دندانه دار نامنظم است. ارتفاع ساقهٔ این گیاه بین ۴۰ سانتی‌متر تا یك‌متر است وبرگهای کمی‌دارد. گلهای آن کوچك،سفید وشبیه زیرفون است. بین‌ماههای خردادتامرداد گل می‌دهد. تمام قسمتهای گیاه بویژه اندامهای زمینی بویی قوی شبیه به‌بوی کرفس وسنبل‌ختایی دارد.

قسمت مورد استفاده : ریزوم، ساقه خزنده، ریشه و بندرت برگهای تازه و میوه.

زیستگاه‌وگردآوری: گیاه‌بومی‌ارتفاعات ۱۲۰۰–۱۶۰۰ متری کشورهای منطقهٔ آلپ است.همچنین‌درارتفاعات پست‌تر درمحلهای مرطوب،کنار نهرها و بیشه‌ها روی خاکهای آهکی یا سیلیسی مشاهده می‌شود. این گیاه‌به انگلستان وارد شده است. قبلا پرورش داده می‌شد ولی فعلا بومی مناطق شمالی‌این کشور است. آن‌را دربین شهریور تاآبان‌ماه (یادر بهار پیش از درآمدن جوانه‌ها) گردآوری می کنند و بسرعت در سایه (یاآفتاب‌پاییزی) می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی‌اسانس فرار،صمغ، رزین‌وبعضی‌ازمشتقات‌کومارینی است. ترشح شیره های گوارشی را شدیداً تحریك می کند و به‌همین جهت به‌عنوان‌اشتها آور مصرف می‌شود. همچنین یك داروی خلط‌آور است. خواص‌انتسابی به‌آن به‌عنوان



پیشاب‌آور و اثر روی قاعدگی مورد تردید است.

مصرف: از گرد (یك نوك چاقو در آب سه مرتبه در روز) یا دم کردهٔ این گیاه (نیم لیتر آب سرد را برروی یك قاشق‌غذاخوری پر ازگیاه خرد شده بریزید، بجوشانید و بگذارید بماند) برای ازبین‌بردن‌بی‌اشتهایی، التهابات معده و روده و برونشیت استفاده می‌شود. برای برونشیت، مصرف بخور و دم کردهٔ این گیاه نتایج خوبی همراه دارد.

Bearberry

انگور خرس

(*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng., Ericaceae), Mountain Box, Uva-Ursi.



شرح: بوتهٔ کوچك همیشه سبزی‌است با ساقه‌های خزنده که اغلب پوشش گسترده‌ای را تشکیل می‌دهد. (Cowberry که اغلب با این گیاه اشتباه می‌شود،جوانه‌های انتهایی‌اش مستقیم است). برگهای آن معمولا به‌شکل تخم مرغ ، بندرت قاشق مانند) ، بسیار ضخیم و چرمی است. سطح بالایی برگها فرورفته‌و مشبك به نظر می‌رسد (برگهـای زغال اخته رگبرگهای شانه‌ای دارد) سطح‌پایینی برگها بدون نقاط قهوه‌ای است (طریقهٔ تشخیص از زغال اخته). گلهای این‌گیاه به‌شکل زنگوله به‌رنگ‌سفید یاصورتی با لبه‌گرد و دندانه‌ای است. میوهٔ آن ستهٔ، قرمزرنگ با مزهٔ اسیدی است.

قسمت مورداستفاده: بـرگهـای خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در جنگلهـای گیاهان‌سوزنی برگ(مخروطیان)ودرخاکهای هوموس‌دار مناطق کوهستانی اروپا تـا ارتفاع ۲۴۰۰متری‌می‌روید. روی‌خلنگزارها، صخره‌ها و سواحل اسکاتلند، شمال انگلستان و شمال و غـرب ایرلند مشاهده می‌شود. در سراسر سال آن را گردآوری می‌کنند (بهتر است این‌کار دربهار و تابستان انجام شود)و در سایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی دومادهٔ آربوتین (arbutine) و متیل آربـوتیـن (methylarbutine) است کـه در شرایط خاصی دربدن به‌موادگندزدای قوی شبیه فنل تبدیل می‌شود. این عمل بویژه در اندامهـای بیمار (وجود چرك درکلیه یا مثانه) و نه در اندامهای سالم‌اتفاق می‌افتد وبدینجهت‌انگور خرس‌یك دازوی ضدعفونی کننده‌است. به‌علت داشتن فلاونوییدها یك پیشاب‌آور ملایم نیز هست.

مصرف: تیزان این گیاه (۱۰ــ۳۰ گرم برگ کاملا خرد شده یا گرد زبر آن‌را با یك لیتر آب دم کنید و بگذارید بمانـد. آن را نجـوشانید زیرا باعث تجزیه آن شده و مزهٔ آن را بسیار تلخ مـی‌کند) برای درمان عفونتها و التهابات کلیه‌هـا و مثانه مصـرف می‌شود. مصرف دراز مدت آن بخاطر وجود تانن درگیاه یبوست ایجاد می‌کند.

Cowberry

ایدا آریزا

(*Vaccinium vitis-idaea* L., Ericaceae), Red Whortleberry.



شرح: درختچه پر پشت همیشه سبز کوچکی به ارتفاع ۱۰-۲۵ سانتی متر است. توسط ریزومهای زیر زمینی خود در سطح وسیعی از مناطق آلپ گسترده می‌شود. برگهای آن بیضوی، به‌رنگ سبز تیره و چرمی است و گاهی حاشیه‌های پیچیده دارد. سطح پایینی آنها نقاط ترشحی قهوه‌ای تیره دارد (طرز تشخیص از انگورخرس که فاقد این نقاط است). طول گلها پنج میلی‌متر، سفید یا صورتی، به شکل زنگوله با پنج لوب است. این گلها به شکل خوشه‌های ۲-۶ است. میوهٔ آن قرمز و حاوی چند دانه است.

قسمت مورد استفاده: برگ خشک شده. میوهٔ تازهٔ آن نیز بندرت مصرف دارویی دارد.

زیستگاه و گرد آوری: این گیاه در کوهها و جنگلهای اروپای مرکزی، تا بالای درختان سرو و در ارتفاع حدود ۳۰۰۰ متری مشاهده می‌شود. در دشتها دیده نمی‌شود. بومی بریتانیاست و روی خلنگزارها و در جنگلهای مرتفع روی خاکهای اسیدی می‌روید. به‌طور معمول در اسکاتلند یافت می‌شود. برگهای آن را در طول تابستان گردآوری می‌کنند و در سایهٔ آفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: برگهای این گیاه نظیر انگور خرس حاوی ترکیبات فعال است. دارای اثر ضدعفونی کننده بر روی کلیه‌ها و مثانه است. میوهٔ آن از نظر داشتن اسیدها بسیار غنی و یک مسهل ملایم است.

مصرف: از برگهای آن به شکل تیزان (نیم لیتر آب سرد را روی ۱-۲ قاشق غذا خوری برگ کاملا خرد شده بریزید و بگذارید بماند) برای رفع التهاب کلیه‌ها و مثانه استفاده می‌شود. برای این منظور برگهای این گیاه را می‌توان جانشین برگهای انگور خرس نمود.

Bilberry

آس بری

(*Vaccinium myrtillus* L., Ericaceae), Blaeberry, Huckleberry, Wortleberry.





شرح: گیاهی بوتهٔ نسبتاً چوبین، پرپشت، کوچك و برگ‌ریزی به‌طول ۲۰ـ۵۰ سانتی‌متر است. طول برگهایش تقریباً یك سانتی‌متر، بیضوی تا نیزه‌ای با حاشیه‌های دندانه‌ای ریز، سبزرنگ و نازك است. گلهای آن مایل به‌سبز، منفرد یا دوتایی ودرمحور برگ به شکل زنگوله و پهنای ۵ میلی‌متر است ودر فاصلهٔ ماههای تیر ومرداد ظاهر می‌شود. میوهٔ این گیاه بین ماههای تیر تا اوایل مهر می‌رسد.

قسمت مورد استفاده: میوهٔ خشك و نیز گاهی اوقات برگ خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در خاکهای حاوی موادآلی دشتها وارتفاعات تا ۲۷۰۰متری مشاهده می‌شود. در بریتانیامعمولا درخلنگزارها وجنگلها روی خاکهای اسیدی می‌روید. برگهای آن‌را بین ماههای خرداد تا اوایل شهریور گردآوری می‌کنند ودر سایه می‌خشکانند. میوه‌اش را موقعی که رسید گرد-آوری می‌کنند ودرسایه یاآفتاب در حرارت کمتراز ۵۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: مادهٔ فعال اصلی میوهٔ سنبل وحشی یك تانن است‌که خاصیت ضد-اسهال، بویژه موقعی که میوه خشك باشد، دارد. برگ آن‌ترکیباتی‌داردکه به‌طورخفیف سطح قندرادرخون‌پایین می‌آورد.

مصرف: معمولا میوهٔ این گیاه‌را به‌عنوان ضد اسهال می‌خورند (۵۰ـ۱۰۰ گرم میوهٔ خشك‌آن‌راخوب بجوید وسپس فروبرید، بهتر است بگذارید میوه‌اش در آب متورم شود، آن‌را بجوشانید، خنك‌کنید وسپس بنوشید). ازدم‌کردهٔ‌آن (یك قاشق غذاخوری پرازمیوهٔ آن‌را دردولیوان‌آب بریزید، به‌مدت‌پنج‌دقیقه بجوشانید وآهسته خالی‌کنید) به‌عنوان دهان شویه برای رفع التهاب دهان وگلو استفاده می‌شود. برای بیماران مبتلابه‌مرض‌قندمدم‌کردهٔ برگهای آن‌مخلوط‌با لوبیا و گیاهان‌دیگر (پس از۵ـ۱۰ دقیقه جوشاندن) طی مدت زمانی طولانی مصرف می‌شود (این خاصیت بسیار ضعیف است).

Cowslip

پامچال طبی

(*Primula veris* L. Cowslip, *P. elatior* (L.) Hill Oxlip, Primulaceae), Paigles, Peagles.



شرح: این دو گونه، گیاهانی پایا هستند که ریزوم کوچك آنها چندریشه دارد. برگهای آنها بیضوی، کشیده ودرسطح پایینی کرکدار است. پایهٔ گلها سخت، عمودی باچتری مرکب از ۱۰ــ۳۰ گل است. کاسهٔ گل آن به‌رنگ سبز روشن وزاویه‌دار است. جام گلها دراز، لوله‌ای با پنج گلبرگ فنجانی شکل است. گلهای گونهٔ P.veris کوچکتر، زردطلایی با دانه‌های نارنجی رنگ است. ولی گلهای P.elafior زردکمرنگ و بدون دانه‌های نارنجی رنگ است. درفاصلهٔ ماههای فروردین تا اواخر خرداد برحسب ارتفاع محل رویش گل می‌دهد. گونهٔ P.veris کمی دیرتر گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: ۱ــ ریزوم و ریشه‌های خشك شده هردو گونه ۲ــ جامهای گل (یا تمام قسمتهای گل) گونهٔ P.veris.

زیستگاه‌وگردآوری: گونهٔ P.veris به‌رنگ زردطلایی در چمنزارها ومراتع تا ارتفاع ۲۰۰۰متری می‌روید. درسراسراروپا مشاهده می‌شود. در انگلستان به‌طور معمول می‌روید. گلهای آنهارا موقعی که ظاهر شد جمع آوری می کنند ودرسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجه سانتی گراد می‌خشکانند. ریزوم این گیاهان را درپاییزیا بهارقبل از گل دادن گردآوری می کنند، خوب می‌شویند ودرسایه یاآفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر ساپونینها به‌مقدار زیاد درریزوم وبه مقدارکمتر دربرگها وکاسه گل این گیاه وجود دارد ولی درجام گلها یافت نمی‌شود. جام گل وریزوم آن حاوی اسانس فراراست. این گیاهان دارای خواص هضم‌کننده، پیشاب آوری خفیف و نیز مسهلی ضعیف اند ریزوم آن فعالترین قسمت گیاه است ولی جام گلها فقط اثرضعیفی دارد.

مصرف: تیزان آن (یك قاشق مرباخوری ریزوم کاملا خردشده یا ۲ــ۳ قاشق مرباخوری از گل یاجام گل را درآب سرد بریزید، بجوشانید وبگذارید بماند) برای ازبین بردن التهاب مخاط برونشها مصرف می‌شود.

زبان گنجشک، Ash

ون

(*Fraxinus excelsior* L., Oleaceae), Common Ash, Weeping Ash.



شرح: زبان گنجشک درخت برگ‌ریزی به‌ارتفاع ۳۰ متراست. به‌راحتی می‌توان از روی جوانه‌های سیاه روی شاخه‌هایش آن را تشخیص داد. برگهای آن متقابل، تك شانه‌ای با ۷-۱۳ برگچه بی‌پایه یا دمبرگدار کوتاه و حاشیه دندانه‌ای است. برگهای این گیاه پس از پیدایش گلها ظاهر می‌شود. گلهای آن به‌شکل خوشه‌افشان، بدون کاسه یا جام با پرچمهایی به‌رنگ قرمز مایل به‌قهوه‌ای است. میوه‌اش با بالهای پرده دار، درون خوشه های ضخیم دمدارقراردارد.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های معمولا خشك و بندرت تازه.

زیستگاه و گردآوری: در مناطق مرطوب نزدیك رودخانه‌ها، نهرها وجنگلهای مرطوب می‌روید. معمولا در بریتانیا برروی خاکهای آهکی در قسمتهای مرطوب و در جنگلهای بلوط یا پرچینها تشکیل جنگل می‌دهد. برگهای آن‌را درفاصلهٔ ماههای خرداد وتیر گردآوری می کنند. برگچه‌هارااز‌دمبرگ صلی (که بدون اثراست) جدا می‌کنند ودر سایه درحرارت کمتراز۴۰ درجهٔ سانتی گراد می‌خشکانند.

ایران: درخت زبان گنجشك درنواحی مختلف‌شمال‌ایران، گرگان،رامیان وجنگلهای گیلان ومازندران می‌روید. علاوه براین،غالباً به‌علت زیبایی خاصی‌که دارد به‌عنوان زینتی نیزپرورش می‌یابد.

ترکیبات واثر: برگ این گیاه حاوی فلاونوییدها ومشتقات کومارین است. پوست آن حاوی مانیت (Mannite) است که مزهٔ شیرینی دارد. برگ آن اثرپیشاب‌آور ملایم (اساساً برروی‌کلیه‌های ناسالم) دارد وبرای درمان خیز عمومی مصرف می‌شود. همچنین تاحدودی برای درمان رماتیسم ازآن استفاده می‌شود. یك مسهل ضعیف نیزهست.

مصرف: تقریباً همیشه تیزان آن را (نیم لیترآب‌سرد رابرروی ۲-۳ قاشق غذاخوری ازبرگهای کوبیده‌گیاه بریزید، بجوشانید و بگذارید سرد شود) درموارد عفونت کلیه‌ها، مثانه، احتباس ادرار، خیزعمومی و روماتیسم مصرف می‌شود.

Gentian

جنتیانا

(*Gentiana lutea* L., Gentianaceae), Yellow Gentian. *G. purpurea* — Purple Gentian and *G. punctata* are also used.

ژانسیان، کوشاد

شرح: گیاهی پایا است که ممکن است تا بیش از ۶۰ سال عمر پیدا کند. درسالهای اول بسیار کوچك است ولی بعداً درسالهای بعد یك طوقی پایه‌ای ازبرگهای بیضوی زیبا که روی سطح پایینی پهنك آن رگبرگهای برجسته وجوددارد، تشکیل می‌دهد. در فواصل ۴ تا ۸ ساله یك محور گلدار با گلهای زردرنگ در درون برگهایی پهن و گود پیدامی‌شود. برگهای طوقی پایه‌ای وساقه به‌طور متقابل قرار دارد (تفاوت باخربق سفید، گیاه بسیار سمی که در همین محیط رشد می‌کند و برگهای یك در میان سه‌تایی درپایهٔ طوقی دارد). طول ریشهٔ ژانسیان بیش ازیك متراست.



قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: گیاه نمونهٔ مراتع مناطق آلپ ودیگر کوههای اروپاست که درارتفاع ۷۰۰ — ۲۴۰۰ متری بر روی خاکهای آهکی می‌روید. در بریتانیا دیده نمی‌شود. ریشهٔ این گیاه را درپاییز از خاك بیرون می‌آورند ومی‌گذارند تا هنگامی که رنگ قهوه‌ای مایل به‌زرد وبوی مشخصی پیدا کند، بماند. در فارماکوپه سوییس قید شده است که باید ریشهٔ آن‌را بسرعت پس‌از گرد-آوری خشکاندکه در نتیجهٔ این عمل رنگ مایل به‌زرد تاخاکستری پیدا می‌کند. در فارماکوپه‌انگلستان ذکرشده‌که ریشه وریزوم آن را باید تخمیر کرد که به‌رنگ زرد مایل به‌قرمزدرمی‌آید.

ترکیبات واثر: ژانسیان حاوی مواد تلخ، اسانس فراروقند فراوان است. دوترکیب اول ترشح شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. یك اثرتب برنیز به‌این گیاه نسبت‌می‌دهند ولی بسیارضعیف است.

مصرف: به شکل دم‌کرده (ده گرم از ریشه‌های برش داده شدهٔ آن‌را دریك‌لیترآب بریزید، بجوشانید وبگذارید سردشود) برای موارد بی‌اشتهایی و اختلال‌های معدی مصرف می‌شود. گردگیاه وتنطورآن اثرمشابهی دارد. ژانسیان بیشتر برای تهیهٔ براندی به‌وسیلهٔ تقطیرپس‌ازعمل تخمیراستفاده می‌شود. ترکیب حاصل خواص مشابهی دارد ولی چون فاقد مواد تلخ است اثر کمتری دارد. ازگرد گیاه دردامپزشکی به‌عنوان اشتهاآور استفاده‌های بسیاری می‌شود.

Buckbean

شبدر آبی

(*Menyanthes trifoliata* L., Menyanthaceae – previously classified as Gentianaceae), Bogbean, Marsh Trefoil, Water Trefoil.



شرح: گیاهی پایا، آبزی یا باطلاقی باریزوم خزنده ضخیم است. برگ وساقه‌های گلداری تا ارتفاع ۳۰ سانتی متری تشکیل می‌دهد. برگهای آن بادمبرگ دراز وسه‌تایی است . هر برگچهٔ آن به‌شکل تخم مرغ بارگبرگ میانی بزرگ، مشخص، حاشیه پیچ وخم‌دار یادندانه‌ای کم عمق است. در نوك ساقه یك گل آذین پرگل هرمی دارد. گلهای آن به‌رنگ سفید مایل به‌صورتی، باپنج گلبرگ پوشیده‌از کرکهای‌دراز است. درفاصلهٔ ماههای فروردین تاخرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: برگچه‌های خشك.

زیستگاه و گردآوری: شبدر آبی در مردابها، کنار استخرها ودریاچه‌ها ومحیطهایی که ریزوم آن درآب باشد، می‌روید. درسراسر اروپا وبویژه دربریتانیا به‌وفور می‌روید. گاهی درآبهای کم‌عمق نیزمشاهده می‌شود. برگهای آن را بین خرداد تااوایل مردادماه گردآوری می‌کنند ودرسایه یاآفتاب می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: شبدرآبی‌حاوی یك‌مادهٔ تلخ واحتمالا یك ساپونین‌است وترشح‌شیره‌های گوارشی، بویژه شیره‌های معدی را تحریك می‌کند. اثر تب بر منتسب به‌آن مورد تردید است ونیاز به‌تحقیق بیشتردارد.

مصرف: معمولا جوشاندهٔ شبدر آبی (بر روی ۲ـ۳ قاشق غذاخوری‌ازگیاه‌خردشده آب سرد بریزید، آن‌را بجوشانید وبگذارید سردشود) رابرای اختلالات معده، بی‌اشتهایی وموارد ضعف عمل دستگاه گوارش مصرف می‌کنند. باید تذکردادکه برای چنین‌مواردی قنطوریون، ریشه ژانسیان وافسنطین موثرتر است. ازگردآن بندرت استفاده می‌شود (یك نوك چاقو ازگرد ۳ـ۵ بار درروز). اثر آن به‌عنوان یك داروی ضد تب درآنفلوانزا و سایربیماریها قطعی‌نیست وبرای این منظور بهتراست‌اززیرفون‌واسپیره کوهی استفاده کرد.

Centaury

قنطوریون

(*Centaurium erythraea* Rafn. = *C. umbellatum* Gilib. = *Erythraea centaurium* auct., Gentianaceae), Common Centaury, Century, Feverwort.



شرح: گیاهی یکساله یا دوساله به‌طول ۱۵ـ۴۵ سانتی متر است. ساقه‌های آن بدون کرك، چهار گوش، عمودی و تنها در قسمت گلدار منشعب است. دارای برگهای کوچك، متقابل کشیده، بیضوی یا نیزه‌ای بدون کرك و معمولاً پنج رگبرگ است. گل آذین آن کم و بیش به شکل دیهیم فشرده در نوك شاخه قرار دارد. طول گلها یك سانتی‌متر، به‌رنگ سرخ کمرنگ، قسمت پایینی آن لوله‌ای ولی به طرف نوك مدور است. زمان گل دادن آن در فاصلهٔ ماههای تیر و مرداد است.

قسمت مورداستفاده: کلیه قسمتهای گیاه گلدار.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در سراسر اروپای مرکزی، البته نه به مقدار فراوان، در جنگلها، علفزارها، کنار جاده‌ها و غیره می‌روید. به‌حالت‌خود رو در انگلستان و ایرلند و به‌مقدار بیشتر در اسکاتلند مشاهده می‌شود. گیاه گلدار آن را گرد آوری کرده درسایه‌یا آفتاب می‌خشکانند. این گیاه‌دارویی ازمراکش و الجزایر به انگلستان وارد می‌شود.

ایران: این گیاه در آذربایجان، مغرب، شمال و نواحی شرقی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: قنطوریون‌حاوی‌مواد تلخی است که به طور فعال ترشح صفرا و شیره‌های گوارشی را تحریك می‌کند. به‌این ترتیب به‌عمل هضم کمك می‌کندو اشتها را افزایش می‌دهد.

مصرف: معمولاً تیزان (یك قاشق مرباخوری یا غذاخوری آن‌را در نیم لیتر آب‌سرد بریزید، بجوشانیدو بگذارید سردشود) یا گرد این گیاه (۰/۵ـ۲ گرم دومرتبه در روز، پیش از نهار و شام) برای موارد بی اشتهایی، تنبلی‌هضم یا اختلالات معدی مصرف می‌شود. اثرضد تب منتسب به آن نامشخص است. مصرف آن به عنوان یك داروی مقوی در دوران نقاهت مربوط به‌خواص ذکر شده در بالاست.

Borage
گاوزبان

(*Borago officinalis* L., Boraginaceae), Burrage



شرح: گاو زبان گیاهی است یکساله با ساقه‌های راست که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی متر می‌رسد و از تارهای خشن پوشیده شده است. برگهای آن که بین ۳–۱۱ سانتی‌متر طول و تا ۲/۵ سانتی‌مترعرض دارد متقابل، بیضوی، خشن و در هر دوسطح پوشیده از تار است. این برگها کامل و یا با دمبرگ کوتاه یا بدون ساقه است. گلهای آن معمولا معلق، به‌شکل خوشه‌های کم گل در نوك ساقه است. گلها دو سانتی‌متر قطر و پنج کاسبرگ دارد و به‌رنگ آبی روشن و بندرت سفید است.

قسمت مورد استفاده: معمولا از گیاه گلدار خشك شده و بندرت گل یا برگهای تازهٔ آن استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاه بومی مناطق مدیترانه‌ای است و در اکثر قسمتهای اروپا پرورش می‌یابد. در بریتانیا برروی زمینهای مرطوب، نزدیك خانه ها می‌روید. در تمام خاکها می‌توان آن‌را ازطریق دانه درردیف‌های ۲۵ سانتی‌متری جداگانه کاشت. گیاه گلدار آن‌را گردآوری می کنند و در سایه می‌خشکانند ولی ممکن است به مدت کوتاهی نیز در برابر آفتاب قرار داد. بازدهٔ عمل ۱۵–۲۵ کیلوگرم در هر صدمترمربع است.

ایران: این گیاه در آذربایجان نزدیك تبریز می‌روید.

ترکیبات و اثر: گاوزبان حاوی ترکیبات فعالی‌است که کمترشناخته شده‌است. موسیلاژ، تانن‌ومقدارکمی‌اسانس‌فرارتاکنون در این‌گیاه یافت شده است. یك پیشاب‌آور ملایم است و اثر مسهلی و معرق خفیف دارد.

مصرف: معمولا تیزان گاوزبان را (بر روی دو قاشق غذاخوری ازگیاه نیم‌لیترآب سرد بریزید، بجوشانید وبگذارید سردشود) برای رماتیسم مصرف می کنند. همچنین گاهی برای از بین‌بردن التهابات کلیه‌ها و مثانه از آن استفاده می‌شود ولی این اثر قطعی نیست و در این موارد بهتر است ازگیاهان دیگری که اثر مشخص‌تری دارند استفاده‌کرد. گاهی نیز ازبرگهای‌آن برای تهیهٔ سالاد، و ازگیاه کاملا ریزشده مخلوط با سالاد خیار استفاده می‌شود.

Comfrey

سنفیتون

(*Symphytum officinale* L., Boraginaceae), Boneset, Knitbone, Bruisewort.



شرح: گیاه پایایی به‌ارتفاع ۳۰ــ۸۰ سانتی‌متر است. ضخامت ریشه‌ها ۲ سانتی‌متر با سطح خارجی‌مایل به‌قهوه‌ای تا سیاه وسطح داخلی سفید است. ساقه‌های آن راست، خشن، توخالی وپوشیده از تارهای خشن درازاست وفقط درقسمتهای بالایی منشعب است. برگ‌هایی بــه درازی تا ۲۰ سانتی‌متر ونیزه‌ای‌شکل دارد که سطح پایینی آنها پوشیده‌ازتار است. گلهای آن دمگلهای کوتاه دارد وبه‌شکل خوشه‌های‌افشان متراکم‌و تا اندازه‌ای خمیده است. جام گلها لوله‌ای ، درازی آنها ۱ــ۲ سانتی‌متر و رنگ آنها بنفش‌تیره یا سفیدمایل به زرد است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ تازه‌یاخشك شده.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه‌به‌وفور درمناطق مرطوب، نزدیك نهرها، کنارجاده‌ها وگوشهٔ جنگلها می‌روید. معمــولا در بریتانیا در کنار نهرها پراکنده است و در شمال این کشور کمتر مشاهده می‌شود. ریشه‌های آن‌را در اواخر پاییز یا در بهار قبل از شروع‌رشد گردآوری می‌کنند و بــرش طولی‌می‌دهند و سپس درآفتاب یا به‌وسیلهٔ حرارت مصنوعی بین ۴۰ــ۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ترکیبات و اثر: حاوی موسیلاژ، تانن، آلانتویین (allantoin) و مقــــدار جزیـــی آلکالوییداست. از طریق خوراکی برحسب مقدار داروی مصرف شده اثر پایین‌آورنده‌یا بالابرندهٔ فشارخون دارد. یك مسهل‌ملایم‌است در استعمال خارج برای درمان کوفتگیهــا و تسریع التیام‌زخمها(ضدالتهاب وتسکین‌دهنده) استفاده می‌شود.

مصرف: دراستعمال‌خارج اساساً به‌شکل کمپرس از ریشهٔ تازهٔ رنده شده یا گردخشك ریشهٔ مخلوط باآب‌استفاده می‌شود. قراردادن کمپرس آن بر روی قسمتهای کــوفته شده، التهاب‌رگها ونقرس‌با نتایج‌عالی‌همراه‌است. گرد ریشهٔ خشك یـا خمیر ریشهٔ تازه و رنده شدهٔ آن برای درمان و التیام زخمها بویــژه برای واریس‌مصرف می‌شود.از راه‌خوراکی (۱ــ۳ قاشق غذاخوری پر از گرد این گیاه مخلوط‌باآب) به‌عنوان یك مسهل‌ملایم‌مصرف می‌شود.

Lungwort

خربق‌سیاه

(*Pulmonaria officinalis* L. and *P. longifolia* (Bast.) Bor. = *P. angustifolia* auct., Boraginaceae), Jerusalem Cowslip.

نامهای رایج: سینه دارو، سفید دارو، شش گیاه



شرح: گیاهی پایا به ارتفاع ۲۰ـ۳۰ سانتی‌متر با ریزوم نازك و ساقه‌های راست، سبزرنگ، کرکدار ساده‌یا گاهی منشعب‌است. برگهای آن بیضوی، کامل و کرکدار است. برگهای پایینی ساقهٔ دمبرگدار و برگهای بالایی به‌ساقه چسبیده است و اغلب نقاط سفیدی روی آنها دیده می‌شود (در گونهٔ P.longifolia برگهای رادیکال نیزه‌ای، و در گونهٔ P. officinalis بیضوی و در محل پایه بسیار چسبیده بهم است). گلهای آن در دسته‌های کوچك در نوك ساقه و به‌طول ۱۳ـ۱۸ میلی‌متر قرار دارد و لوله‌ای‌است). رنگ گلها در آغاز صورتی است ولی بعداً در گونهٔ P.officinalis بنفش می‌شود و در گونهٔ P. longifolia از صورتی به‌آبی تغییر رنگ می‌دهد. در فاصلهٔ ماههای فروردین تا خرداد گل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: درجنگلهای باز بیشه‌ها و کنار نهرها می‌روید. در اروپای مرکزی و شمالی پراکنده است. گونهٔ P. longifolia بومی بریتانیاست‌ودرخاکهای رسی می‌روید. گونهٔ P. officinalis در باغچه‌ها کاشته می‌شود و اساساً بومی شده جنگلهای جنوب انگلستان است و در بعضی محلها پرورش داده می‌شود.

ترکیبات‌واثر: خربق‌سیاه‌حاوی‌تانن،مقدار زیادی املاح پتاسیم، اسید سیلیسیك، ساپونینها وآلانتویین (allantoin) است، ولی ترکیبات فعال آن هنوز شناخته نشده است. بر روی دستگاه تنفس‌یك اثرضدالتهابی وتقویت‌کننده دارد که اغلب بیش از مقدار واقعی تخمین زده می‌شود.

مصرف: معمولا خربق سیاه را به‌شکل تیزان (نیم‌لیتر آب سرد را برروی ۱ـ۲ قاشق غذاخوری پرازگیاه بریزید، بجوشانید وپنج دقیقه بگذارید بماند) به‌عنوان ضدالتهاب در برونشیت مصرف می‌کنند. علیرغم یك عقیدهٔ همگانی، اثرهای خوب آن در سل ریوی به اثبات نرسیده است. ازاین‌گیاه بندرت برای درمان خونریزی معده، بواسیر، اسهال وخیز عمومی‌استفاده می‌شود ولی‌این‌اثرها هم‌بسیار مورد تردید است.

توجه: Lungwort همچنین‌نام‌گلسنگی‌است به‌نام Lobaria Pulmonacea که خواص دارویی مشابهی دارد (به‌صفحه ۲۳ مراجعه شود).

Germander

مریم‌نخودی

(*Teucrium chamaedrys* L., Labiatae), Wall Germander.



شرح: بوتهٔ پایاوکوچکی است به‌ارتفاع ۲۰ـ۳۰ سانتی‌متر که به‌وسیلهٔ پاجوشهای زیر‌زمینی گسترده می‌شود. شاخه های آن گرد (دراکثر گیاهان تیرهٔ نعناع چهارگوش است)، کم وبیش کرکدار و اغلب به‌رنگ قرمز مایل به‌بنفش است. برگهای آن به‌طول ۲ـ۴ سانتی‌متر، متقابل، بیضوی و کرکدار با حاشیهٔ کنگره‌ای یا لب‌دار است. گلهای نسبتاً بزرگی تا ۱۲ میلی‌متر دارد که به‌شکل دسته‌های ۱ـ۶ تایی درمحور برگهای بالایی قرار دارد. جام گل به‌رنگ بنفش مایل به‌صورتی است وفاقد لب بالایی است که در گیاهان دیگر تیرهٔ نعناع وجود دارد. گلها در فاصلهٔ ماههای اردیبهشت تا مرداد ظاهر می‌شود. تمام قسمتهای گیاه خوشبوست.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار خشک گیاه.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه برروی سواحل سنگی، صخره‌ها ودیوارهای محلهای آفتابگیر، مراتع پست ومعمولا روی‌خاکهای آهکی در اروپای مرکزی وجنوبی می‌روید به‌انگلستان وویلز وارد شده است. درباغهاو گاهی اوقات روی دیوارهای قدیمی به‌طور خودرو رشد می‌کند. گیاه گلدارآن را گرد‌آوری می‌کنند و درسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: مریم نخودی در نواحی‌مختلف البرز، کرج، نواحی‌شمالی‌ایران وآذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی اسانس فرار وتانن است. فعالیت معده را تحریک می‌کند و در روده خاصیت ضد اسهالی دارد. به‌التیام زخم کمك می‌کند.

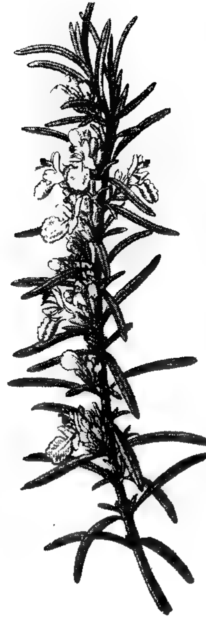
مصرف: معمولا دم‌کردهٔ آن‌را (نیم لیتر آب‌جوش را بر روی دوقاشق غذاخوری پر ازگیاه خرد شده بریزید وبگذارید سردشود) برای ناراحتیهای معده، بی‌اشتهایی وبندرت اسهال مصرف می‌شود. اثرآن برروی‌بثورات جلدی ازطریق‌خوراکی مشکوك به‌نظر می‌رسد، همچنین دم‌کردهٔ این گیاه را بر روی زخمها می‌مالند.

Rosemary

اکلیل کوهی

(*Rosmarinus officinalis* L., Labiatae), Romero.

رزماری



شرح: اکلیل کوهی درختچه‌ای است باشاخه‌های انبوه چوبی و ارتفاع ۰/۵-۲ متر که برروی شاخه‌های قدیمی‌تر پوست فلس- مانندی دارد. پاجوشهای آن کرکدار است و برگهایی سوزنی شکل به‌طول ۱۵-۳۵ میلی- متردارد. این برگها برگشته، با سطح فوقانی سبزرنگ وسطح تحتانی خاکستری تیره‌است. گلهای آن به‌طول یك سانتی متر ورنگ آبی روشن، به‌شکل دسته‌های ۲-۱۰ تایی‌درمحور برگ ظاهرمی‌شود. در بین ماههای فروردین تااوایل خردادگل می‌دهد. تمام قسمتهای این گیاه بسیارخوشبواست.

قسمت مورد استفاده: ازبرگهای خشك وبندرت برگهای تازۀاین گیاه(به‌عنوان چاشنی) استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاهی بومی مناطق مدیترانه‌ای است. بومی بریتانیا نیست ولی یك گیاه زینتی دراین کشوراست. تکثیرآن‌از طریق قلمه‌زدن ریشه یادانه (که البته بد رشد می‌کندوبرای رویش نیاز به بیش‌ازچهارهفته زمان دارد) انجام می‌گیرد. درجنوب اروپا به‌طورتجارتی‌کاشته می‌شود. پاجوشهای پر- برگ آن‌راگردآوری می‌کنند و درحرارت کمتراز۳۵درجۀ سانتی‌گراد می‌خشکانند وپس ازخشك شدن برگهاراجدا می‌کنند.

ایران: این گیاه‌درآذربایجان‌وکردستان می‌روید.

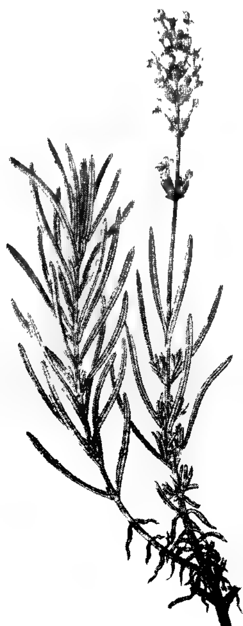
ترکیبات واثر: اکلیل کوهی حاوی اسانس‌فرارو‌تانن‌است. اثرضدعفونی‌کنندگی ومعرق دارد.ازراه خوراکی، بامقادیردارویی کم جریان خون را در اندامهای شکمی افزایش می‌دهد وترشح شیره‌های گوارشی و صفرارا‌تحریك می‌کند. همچنین‌یك‌داروی‌مدر است. با مقادیر زیاد باعث ایجاد اسپاسم و سرگیجه می‌شود.

مصرف: اکلیل کوهی رامعمولا به‌شکل پماد یا عرق به‌عنوان یك‌لینیمان برای درمان رماتیسم ودرمان میگرن مصرف می‌کنند. از دم‌کردۀ آن (یك مشت برگ این گیاه رابانیم لیترآب بجوشانید وبگذارید سرد شود)برای شستشوی زخمها استفاده می‌شود . از طریق خوراکی این دم‌کرده را به‌عنوان یك داروی پیشاب‌آور وبرای افزایش‌دهندۀ ترشح صفرا مصرف می‌کنند. همچنین به‌عنوان چاشنی نیز مصرف می‌شود ولی بندرت اشتها را زیاد می‌کند.

Lavender

اسطوخودوس

(*Lavandula angustifolia* Mill. Lavender, *Lavandula latifolia* (L.) Vill. = Spike Lavender, Labiatae), Lavandula Vera.



شرح: دو گونه اسطوخودوس بوته‌های کوچکی است که ارتفاع آنها به ۷۰ سانتی متر می‌رسد و هریك در قاعده حالت چوبی پیدا می کند. پاجوشهای سبز وچهار گوش دارد. برگهای آن نیزه‌ای، باریك، به‌رنگ نقره‌ای تا خاکستری، کرکدار ولب برگشته‌است. در گونه L. latifolia طول برگها ۴ــ۶ برابر و درگونــه L.angustifolia هشت بــرابر عرض آنهاست. گلهــای این دو گیاه به‌شکل سنبله روی پایه قراردارد. زمان گل‌دادن آنها بین ماههای خرداد تا مهر است ولی درگونه L.latifolia گلها دیرترظاهر می‌شود. گونه L.angustifolia بوی مطبوع‌تری دارد.

قسمت مورد استفاده: گــلهــای خشك بدون پایــه. از پاجوشهای گلدار واغلب از برگهای‌آن اسانس فرارتهیه می‌شود.

زیستگاه و کشت: اسطوخودوس به‌طور وحشی فقط درنواحی مدیترانه می‌روید ولی به‌وفور درمناطق گرم اروپاازجمله بریتانیا در باغچه‌ها کاشته می‌شود؛ به‌طورپــراکنده نیز می‌روید. کاشت تجارتی آن بااستفاده ازدانه انجام می گیرد وسپس آن را بــه‌فواصل ۵۰ سانتی‌متری می‌کارند. گلهای آن درسایــه در حرارت کمترازه ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکانده می‌شود.

ترکیبات واثر: گلهای اسطو خودوس حاوی اسانس فراروتانن است ومسکن سیستم اعصاب مرکزی و دستگاه تنفس است. یــك پیشاب‌آورملایم است و خاصیت بادشکن دارد. همچنین باتأثیربررودهٔ کوچك نفخ را برطرف می‌کنند. دراستعمال خارج، اسانس آن محرك پوست است.

مصرف: تیزان‌این گیاه‌را(معمولامخلوط با گیاهان دیگر) به عنوان مسکن، بادشکن و خواب‌آور ملایم مصرف می‌کنند. گاهی ازآن برای کاهش سرفه وازبین بردن نفخ یااسهال استفاده می‌شود. همچنین می‌توان آن را بــه عنوان یــك داروی مدر مصرف نمود (برای این منظوربهتراست از داروهای فعالتر دیگر استفاده کرد) . ازطریق خارجی عرق اسطوــ خودوس را به شکل لینیمان بــرای درمــان رماتیسم بکارمی برند ودم کرده‌آن‌رادروی‌زخمها می‌مالند.

Horehound

گندنای کوهی

(*Marrubium vulgare* L., Labiatae), Hoarhound, White Horehound.

قسمتهای مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدارخشك وبندرت فقط برگها.

زیستگاه و کشت: این گیاه بومی جنوب اروپااست ودرمناطق مرطوب، اماکن‌مخروبه و محلهای صخره‌ای می‌روید. بااینکه بومی انگلستان است ولی معمولاً دراین کشور فراوان نیست. اغلب‌کاشته می‌شودومعمولاً به وسیلهٔ تکثیرغیرجنسی (رستنی) وبندرت دانه زیاد می‌شود. درفواصل ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متر کاشته می‌شود. محصول‌آن‌را می‌توان چندین سال برداشت کرد. درسایه درحرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد خشکانده می‌شود.

ایران: درتهران، نواحی مختلف‌البرز، کرج، نواحی شمالی ایران، لاهیجان ، بندر گز، جنوب و جنوب غربی ایران، اراك ، تفرش، کرمان، سمنان ، خراسان بین مشهد و قوچان می‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی تانن، اسانس فراورویك ماده تلخ است. به‌عنوان‌یك داروی مقوی برای‌تحریك اشتها مصرف می‌شود. دردرمان برونشیت به‌خاطرداراابودن‌اثر ضدالتهابی مصرف می‌شود. ترشح صفرا را تحریك می کند.

مصرف: از طریق خوراکی تیزان این گیاه (نیم لیترآب سرد داروی یك مشت‌گیاه بریزید، بجوشانید وبگذارید سردشود) برای ضعف هضم معده، بی‌اشتهایی، افزایش ترشح صفرا و برونشیت مزمن مصرف می‌شود. در استعمال خارج همین فرآورده راروی‌زخمها می‌مالند.

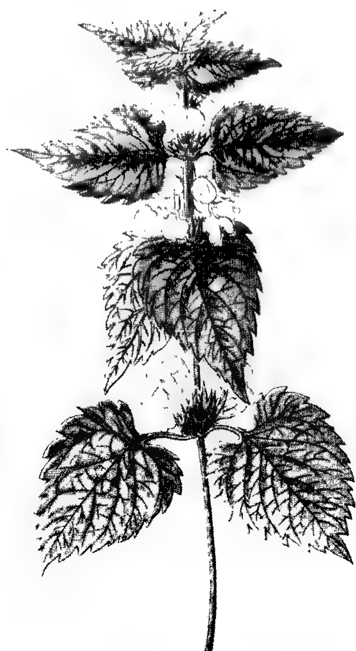


شرح: گیاهی‌است پایاکه قسمت‌پایینی آن اغلب چوبی است و ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی‌متر می‌رسد. شاخه‌های آن تقریباً چهار گوش،کرکدار، مایل به‌خاکستری، ساده یا بندرت منشعب است، برگهایی متقابل، نرم و بیضوی داردکه تا پنج سانتی‌متر طول پیدا می کند. سطح‌این برگها چروکیده و پوشیده از بسرآمدگی وحاشیه‌آنها دندانه‌دار است . گلهای‌آن کوچك، بین ۵-۷ سانتی متر، سفید وبه‌شکل سنبله‌های محوری‌است. بوی مطبوع ضعیف ومزه تلخی دارد.

White Deadnettle

گزنه سفید

(*Lamium album* L., Labiatae), Archangel.



شرح: گزنه سفید گیاه پایایی است که به‌وسیله ساقه‌های خزنده وزیرزمینی در سطح وسیعی گسترده می‌شود. شاخه‌های گلدار آن راست، به ارتفاع ۲۰–۴۰ سانتی‌متر، نرم و چهارگوش است. برگهایی متقابل، بیضوی با دمبرگ کوتاه یا بدون دمبرگ، به‌طول ۴–۷ سانتی‌متر، نرم و با حاشیهٔ دندانه‌ای دارد. گلهای آن به شکل دسته‌های ۶ – ۱۶ تایی حلقه‌ای ومحوری است. رنگ جام گل سفید مایل به زرد است ولب فوقانی بزرگ دارد. درفاصله ماههای اردیبهشت تا مرداد گلها باز می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده: ۱ـ سرشاخه‌های گلدارخشک ۲ـ جام گل و پرچمها (خشك شده). احتمالاً تمام قسمتهای گیاه مؤثرتر از جام گل است.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در پرچینها، کنار جاده‌ها، نزدیك طویله‌ها، روی زمینهای مرطوب و معمولاً در محلهای گرم می‌روید. درسراسر اروپا، انگلستان وجنوب اسکاتلند به‌طورمعمول دیده می‌شود. گیاه گلدار آن راگردآوری می‌کنند وبسرعت درسایه در حرارت کمتراز ۳۵ درجهٔ سانتی گراد می‌خشکانند.

ایران: درنواحی کوهستانی شمال تهران، کرج، شمیرانات ، کندوان، نواحی شمالی ایران از جمله: گیلان، آستارا، بندر گز و آذربایجان درکوه سهند، دیلمان و ارسباران می‌روید.

ترکیبات واثر: گزنه سفید حاوی اسانس فرار به‌مقدارجزیی، تانن، فلاونوییدها و موسیلاژ است. تنظیم‌کننده عمل روده است و به‌عنوان ضد التهاب در درمان التهاب مخاط برونشهای دستگاه تنفس مصرف دارد. خاصیت پیشاب آوری دارد وفواصل دفع ادرار را کنترل می‌کند. اثرآن ملایم است.

مصرف: معمولاً از تیزان گزنه سفید (۱–۲ قاشق غذا خوری گیاه را با یك لیتر آب بجوشانید و بگذارید سرد شود) برای تنظیم اعمال روده، اسهال، یبوست والتهاب مخاطهای دستگاه تنفس استفاده می‌شود. دراستعمال خارج این دم کرده را برای کمپرس کردن ولوسیون آن‌را برای سوختگیها وزخمهای دیگر به‌کار می‌برند.

Sage

مریم گلی

(*Salvia officinalis* L., Labiatae), Garden Sage, Red Sage.



شرح: مریم گلی بوته‌ای است به‌ارتفاع ۲۰–۶۰ سانتی‌متر که قسمت پایینی آن چوبی است و قسمت بالایی ساقه‌های چهار گوش پوشیده از کرکهای قابل لمس دارد. دارای برگهایی به طول ۳ – ۱۵ سانتی‌متر وعرض ۱/۵–۵ سانتی‌متر، متقابل، بیضوی و کشیده، به رنگ خاکستری مایل به‌سبز و کرکهای قابل احساس است. گلهای آن به‌رنگ آبی روشن تا آبی مایل به‌ارغوانی وطول ۲–۳ سانتی‌متر با لبه بالایی کوتاه است که به‌شکل حلقه‌های محوری شامل ۴–۸ گل درآمده است.

قسمت مورد استفاده: برگ‌های تازه یا خشك.

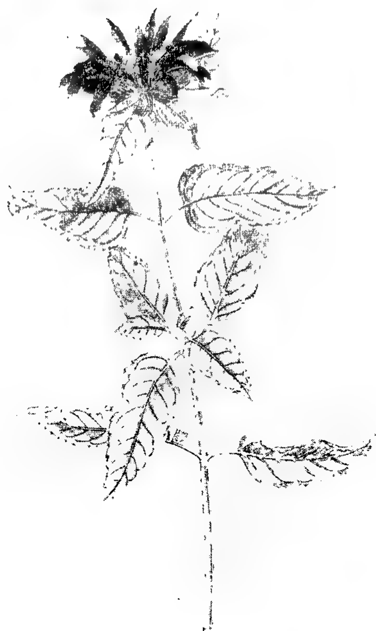
زیستگاه، کشت وگردآوری: گیاه بومی کشورهای مدیترانه است و در زمینهای سنگی می‌روید. به‌مقدار زیاددر باغچه‌ها کاشته می‌شود. در تجارت به‌وسیلهٔ دانه یا قلمه زدن ریشه در فواصل برابر ۳۰ × ۳۰ سانتی‌متر درخاکهای آهکی تکثیرمی‌یابد. برگهای آن را درموقع گل دادن گیاه (خرداد تامرداد) ومجدداً در شهریورتا اواخرمهر ماه‌گردآوری می کنند و درسایه درحرارت کمتراز ۳۵ درجهٔ سانتی – گراد می‌خشکانند. بازدهٔ عمل ۱۵–۴۰ کیلو گرم درهرصد مترمربع است.

ترکیبات واثر: مریم گلی حاوی اسانس فراراست. بامقادیر دارویی کم، این گیاه دارای اثـر ضدالتهاب، بویژه برروی مخاطهااست. یـك پیشاب آور ملایم است وهمچنین ترشح عرق بـدن راکنترل می کند. مقادیر زیاد آن سمی است. گردش خـون را در انـدامهای شکمی افزایش می‌دهد واحتمالاً برای سیستم اعصاب مرکزی مضر است. بـه خاطر وجود تانن این گیاه خاصیت ضدالتهابـی وقابض دارد.

مصرف: از دم کـردهٔ این گیاه (یك لیتر آب سرد را برروی ۱–۲ قاشق غذا خوری از برگهای کاملاً ساییده بریزید، بجوشانید و بگذارید سرد شود) به عنوان دهان شویه و غرغره برای رفع التهابات دهان وگلو (التهاب لوزه‌ها و لثه‌ها) مصرف می‌شود. در استعمال خارج به‌شکل لوسیون یاکمپرس برای زخمها استفاده دارد. ازراه خوراکی آن را بـرای کاهش عـرق شبانه در بیماران مبتلا بـه سل مصرف می کنند. بندرت به‌عنوان داروی مدر، ضداسهال یامحرك ترشح صفرا نیز به‌کارمی رود. درآشپزی ازبرگهای تازه آن به‌عنوان چاشنی، همراه باگوشت، ماهی وغیره استفاده‌می‌شود.

Golden Monard

(*Monarda didyma* L., Labiatae).



شرح : گیاهی زیبا ، پایا، بـه ارتفاع ۹۰ـ۵۰ سانتی‌متر با ساقه‌های خزنده متعدد است، ساقهٔ آن تقریباً چهار گوش و در قسمت بالایی منشعب است. طول برگهای آن تا ۱۰ سانتی‌مترمی‌رسد و به‌شکل برگ‌های نیزه‌ای، بیضوی با حـاشیه دندانـه‌ای و دگبرگهای کناری خمیده است و به حاشیه برگ منتهی می‌شود . گلهای آن بسیار براق، به رنگ سرخ روشن است و در دسته‌هـای ۶ـ۲ تایی در حلقه‌های انتهایی قرار دارد . طول جام‌آن‌تا۶ سانتی‌متر می‌رسد. در فاصله ماههای تیرتا شهریور گل می‌دهد.

قسمتهای مورد استفاده: جامهای جـدا شدهٔ گل یا گلهای‌کامل ویا گیاه گلدار خشک شده .

زیستگاه‌وگردآوری: این گیاه بومـی آمریکای جنوبی‌وقسمتهای شرقی ایالات‌متحده آمریکااست.(در اروپا به‌عنوان یک گیاه‌زمینی کاشته می‌شود و گاهی به شکل پـراکنده نیز وجود دارد). ازطریق دانه تکثیرمی‌یابد ولی بهتراست برای تکثیر از تقسیم‌کردن ریشه‌های‌فراوان گیاهان دوساله استفاده شود. گیاه گلدارآن را گـردآوری مـی‌کنند ودرسایه در حـرارت‌کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ترکیبات‌واثر: درگل و سایـر قسمتهای این گیاه اسانس فراروتانن وجـود دارد. اثر آن برروی‌دستگاه گوارش واحتمالاً قاعدگی است. دربرونشیت به عنوان خلط‌آوروسکن مصرف می‌شود (اثراین گیاه ضعیف‌ودرمورد آن اغراق شده است).

مصرف: دم کـردهٔ آن را (یک قـاشق مرباخوری ازگیاه را درنیم لیترآب جوش دم‌کنید وبگذارید سرد شود) برای اختلالات گوارشی، قاعدگی نامنظم ودردناک و التهاب مخاط بـرونشها مصرف می‌کنند . بـراساس تحقیقاتی‌که اخیراً بـه عمل آمده است اثـر آن دربیخوابی ثابت نشده است. دم کـردهٔ این‌گیاه (بهتر است بـرای تهیه آن از تمام قسمتهای‌گیاه استفاده شود)روی زخمهامالیده می‌شود .

Balm

گل حنا

(*Melissa officinalis* L., Labiatae), Bawm, Lemon Balm, Sweet Balm.

بلسان بادرنجبویه، ترنجان



شرح: علفی است پایا، معطر، به طول ۳۰–۱۰۰ سانتی‌متر که هرسال بزرگترمی‌شود. ساقهٔ آن چهارگوش وگاهی کرکدار است و درابتدا انشعابات جزیی دارد ولی درمنطقه گلدار بسیار منشعب‌می‌شود. برگهایی‌متقابل، بیضوی یا مثلثی به‌طول ۳–۵ سانتی‌متر دارد (برگ‌شاخه‌های گلدار به‌طورمشخصی کوچك است). این برگها گاهی کرکداراست‌وحاشیه دندانه‌ای عمیق دارد. طول برگهای آن بین ۰/۸–۱/۵ سانتی‌متر و نامعلوم است. جام گل سفید رنگ است‌وگلها به شکل‌دسته‌های ۳–۶ تایی روی یك دمگل کوتاه در محور برگها قراردارد.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك شده. گاهی نیزازپاجوشهای گلدارآن به‌طور خانگی استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: گیاه بومی مناطق مدیترانه شرقی است. در اروپای جنوبی به عنوان گیاه زینتی وگاهی‌نیز درمناطق سنگی پراکنده است. معمولاً درجنوب‌انگلستان‌دیده می‌شود ودربعضی‌محلها پرورش‌داده می‌شود. کشت آن به‌وسیلهٔ‌دانه که‌به‌آهستگی‌رشدمی‌کند، ویا با تقسیم‌گیاه در خاك خوبی‌که زیادخشك نباشد، انجام می گیرد.در مساحتی برابر ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متر کاشته می‌شود. گیاه را ۲–۳ مرتبه در سال بمحض اینکه ارتفاع پاجوشها به ۳۰ سانتی‌متر رسید، گرد آوری می‌کنند. این گیاه را باید تاحدامکان بسرعت درسایه ودرحرارت‌کمتر از۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکاند زیرا اگراین عمل به آهستگی انجام شود برگها بسرعت قهوه‌ای رنگ می‌شود. این‌گیاه ممکن است بین ۴ – ۸ سال محصول بدهد. بازدهٔ عمل از سال دوم بین ۲۰-۳۵ کیلو گرم درهرصد مترمربع است.

ایران: این‌گیاه‌دراطراف تهران،نواحی شمالی وشرقی ایران و آذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: گل حنا حاوی اسانس فراراست. با مقادیرکم یك داروی باد شکن است ولی مقادیرزیادآن خاصیت خواب‌آور (Soporific) ملایم دارد. فشارخون راکمی پایین می‌آورد وتعداد نبض را کاهش‌می‌دهد.

مصرف: دم‌کردهٔ گل حنا (۵–۲۵ گرم گیاه را دریك لیتر آب جوش بریزید ولی نجوشانید) رابرای اختلالات معدی،تهوع، دردشکم وتسکین حالات عصبی ودربرونشیت به عنوان خلط‌آور (این‌اثر موردتردید است) مصرف می کنند.

Hyssop

زوفا

(*Hyssopus officinalis* L., Labiatae).



شرح: زوفا گیاهی با شاخه‌های چوبی کوتاه، پایا و چهارگوش است. پاجوشهای براقی به‌طول ۲۰–۶۰ سانتی‌متر دارد که معمولاً می‌ریزد. دارای برگهایی به طول ۱/۳ سانتی‌متر و عرض ۲–۸ میلی‌متر، متقابل خطی یا نیزه‌ای و کرکهای فراوان در دو طرف برگ است. گلهای آن در محور برگها تجمع می یابد. گل آذین آن یکطرفه است. جام گل به‌رنگ آبی یا آبی مایل به بنفش (و بندرت صورتی یا حتی سفید است). گلهای آن در فاصله ماههای تیر و مرداد ظاهر می‌شود. تمام قسمتهای این گیاه بویی معطر و مزه‌ای گس و گاهی تلخ دارد.

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار خشك شده.

زیستگاه و کشت: این گیاه بندرت بحالت وحشی و گاهی در اطراف باغچه‌ها در اروپا می‌روید. به بریتانیا آورده شده است. سابقاً بیشتر به شکل علف کاشته می‌شد وهنوز نیز گاهی آن را به‌عنوان یك گیاه زینتی می‌کارند. کشت آن به وسیلهٔ دانه یا تقسیم ریشه‌ها با فواصل ۳۰ سانتی‌متری انجام می گیرد. این گیاه را باید پس از چهارسال محصول برداری احیا کرد. پس از برداشت محصول، گیاه را باید در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد خشکاند. بازدهٔ عمل از سال دوم ببعد بین ۲۰-۴۰ کیلوگرم در هر صد متر مربع است.

ایران: این گیاه درشمال غربی ایران و وبلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: زوفا حاوی اسانس‌های فرار، فلاونوییدها ومقدارکمی تانن است. اساساً از آن برای تحریك ترشحات معده و و افزایش اشتها استفاده می‌شود. همچنین یك داروی پیشاب آور و ضد اسپاسم است و در برونشیت به عنوان یك ضد التهاب مصرف می‌شود.

مصرف: دم‌کرده زوفا را (یك لیتر آب سرد را برروی یك مشت از گیاه بریزید، بجوشانید وبگذارید سرد شود) عمدتاً برای تحریك اشتها (همچنین همراه با سایر مواد متشکله درتعدادی از لیکورها) مصرف می‌کنند. در بعضی مواقع به عنوان ضد التهاب در برونشیت ونیزضد اسهال و از بین برنده نفخ به کار می‌رود. در آشپزی به عنوان چاشنی مصرف دارد.

Marjoram

مرزنگوش وحشی

(*Origanum vulgare* L., Labiatae), Wild Marjoram.



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۲۰-۵۰ سانتی‌متر که در بالا منشعب وغالباً سرخ‌رنگ است. تمامی گیاه تارهای غده‌ای دارد. برگها متقابل، ازنظر اندازه بسیارمتغیر و در پایین گیاه بسیاربزرگتراست (تا ۵ سانتی‌متر طول دارد) اما هرچه به طرف رأس گیاه می‌رود کوچکترشده وبه شکل تخم مرغی یا بیضوی در می‌آید. حاشیه برگها صاف یاکنگره‌ای است. گلها به طول ۴ - ۷ میلی‌متر به رنگ صورتی یا سرخ به شکل خوشهٔ افشان روی شاخه‌ها قراردارد. زمان گل دادن بین تیرتا شهریور است. تمام قسمتهای گیاه‌بوی‌مطبوع معطری شبیه آویشن دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه‌گلدار خشک شده.

زیستگاه‌وگردآوری: بومی اروپای مرکزی است ودرخاکهای‌آهکی یا سیلیسی درنواحی‌گرم، مراتع فقیر یاکنار جاده‌ها می‌روید. در انگلستان وویلز فراوان است و دراسکاتلندنیزمی‌روید. به‌هنگامی که‌گیاه‌گلدار است جمع‌آوری شده و در سایه در حرارت کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گرادخشك می‌شود.

ایران: این‌گیاه در **اصفهان** ، لرستان، خوزستان، فارس، بلوچستان، خراسان ویزد می‌روید.

ترکیبات‌واثر: دارای‌اسانس فراروتانن است. خواص گندزدایی‌دارد: ازراه‌خوراکی برای دستگاه گوارش واز راه خارج به شکل مالیدنی برروی زخمها مالیده می‌شود. این گیاه مانند آویشن یك خلط‌آور، مسکن‌سرفه، ضد اسهال وضدالتهاب است. ازراه خارج به شکل لوسیون آرام‌کننده مصرف می‌شود. نوع پرورش یافتهٔ این گیاه(Marjorama hortensis) برای منظورهای مشابه‌به‌مصرف می‌شود. اثرگندزدایی‌آن‌کمتراست امااثرآن برروی دستگاه‌گوارش قوی‌تراست.

مصرف: معمولاً به‌شکل‌دم‌کرده (نیم‌لیتر آب‌جوش را برروی ۲ قاشق‌غذاخوری گیاه خردشده‌بریزید) درسیاه‌سرفه به‌کارمی‌رود.این دم‌کرده برای‌درمان‌سرفه‌های‌دیگر نیزمصرف‌می شود. همچنین برای‌اسهال و به‌شکل دهان‌شویه برای‌رفع‌التهاب دهان وگلوو به‌شکل مالیدنی برای زخمها ونیز در حمامهای تقویتی برای کودکان ضعیف به‌کارمی‌رود.

Wild Thyme

سیسنبر

(*Thymus serpyllum* L., Labiatae), Mother of Thyme, Serpyllum.

آس بویه، ککلیک اودی



شرح: گیاهی‌است پایا و ازلحاظ شکل بسیار متغیر. یك‌ریشه اصلی داردکه ساقه‌های خزندهٔ فراوانی به رنگ قرمز یا سبز از آن منشعب می‌شود. قطر ساقه‌ها ۱ تا ۲ میلی‌متر وبه ارتفاع ۳۰ سانتی‌متراست ومی‌توانندیك پوشش کامل را تشکیل دهند. ساقه‌ها دارای جوانه‌های گلدار به‌ارتفاع ۲-۱۵ سانتی متر هستند. برگها تخم مرغی یا نیزه‌ای بوده و تا ۱۶ میلی‌متر طول و۲ تا ۸ میلی‌متـر پهنا داشته وکم‌وبیش کرکدارهستند. گلها صورتی‌رنگند و در رأس ساقه به‌طور فشرده قرار گرفته‌اند. تمام قسمتهای گیاه بسیارمعطراست وبویی‌شبیه آویشن یا لیمودارد. درماههای اردیبهشت تا شهریور گل می‌دهد.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك شده. گیاهانی که بوی آویشن دارند از نظر دارویی مطلوب‌ترند.

زیستگاه وگرد آوری: در سواحـل رودخانه‌ها، کنار جاده‌ها، در نواحی خشك و سنگی و مراتع کوهستانی سرتاسر اروپا می‌روید، در انگلستان به‌وفور می‌روید. گیاه گلـدار را جمع‌آوری‌کرده و درسایـه در حرارتـی کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گـراد می‌خشکانند.

ایران: این‌گیاه در گـرگان، اصفهان، کرمان ونواحی مرکزی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: اسانس فرار ترکیب اصلی‌آن است، همچنین مقدارکمی تانن‌دارد. این گیاه دارای خاصیت ضد التهابی برای برونشیت وتسکین سیاه سرفـه است. بـرای ناراحتیهای گوارشی نیز مصرف می‌شود.

مصرف: دم کردهٔ گیاه (۱-۲ قاشق غذا- خوری از خرد شده گیاه را در نیم لیتر آب بریزیدو بگذاریدبماند. آن‌راانجوشانید) برای برونشیت‌وبیشتر برای‌سیاه سرفه به‌کارمی‌رود. دارای خاصیت ضد اسهالی هم هست. دم کرده آن‌را برروی زخمها می‌مالند.

Thyme

آویشن شیرازی

(*Thymus vulgaris* L. Labiatae) Common Thyme, Garden Thyme



شرح: یك بوته‌ٔ ضعیف به ارتفاع ۱۰–۳۰ سانتی متر و بندرت خوابیده است. شاخه‌های آن کوتاه وچوبی است (درآب وهوای سرد آویشن شیرازی گیاهی است یك‌ساله و علفی) . طول برگها بـه ۴–۱۰ میلی‌متر می‌رسد ومتقابل، باریك یا بیضوی هستند. حاشیهٔ برگها تا حدودی برگشته است. سطح بالایی کمی کرکدار است. سطح زیرین دارای کرکهای قابل لمس است . طول گلها ۳–۷ میلی متر به رنگ صورتی یا بنفش است و درمحوربرگهای فوقانی به‌شکل فراهم قرار گرفته‌اند. زمان گل‌دادن بین خرداد تا مرداد است. تمام بخش‌های گیاه دارای طعم وبوی معطرومطبوعی است.

قسمت مورداستفاده: جوانه‌های گلدار.

زیستگاه وکشت: بومی کشورهای منطقه مدیترانه است وگاهی هم بـه حالت وحشی یافت می‌شود. عموماً به شکل سبزی آشپزی ونیزیك گیاه دارویی کشت می‌شود. معمولاً ازطریق دانه درفواصل ۲۵ سانتی‌متری کاشته می‌شودوپس‌ازبیرون آمدن گیاه را درفواصل ۲۵ سانتی‌متری‌می‌کارند. کشت تجارتی‌فقط در نواحی گرمسیر رضایتبخش است. اگر برگها فقط لازم باشدگیاه راپیش ازگل‌دادن جمع‌آوری‌می‌کنند،وگرنه‌گیاه‌گلدار راگردآوری مـی‌کنند. خشك کـردن در سایـه و در حرارتی‌کمتر از۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد انجام می‌گیرد. بازدهٔ آن ۱۵–۳۰ گیلوگرم در هر صد مترمربع ازسال دوم به‌بعداست.

ایران: این گیاه بـه حـالت وحشی در ایران دیده نشده‌است.

ترکیبات و اثر: اسانس فـرار حـاوی تیمول وکمی تـانـن دارد. آویشن شیـرازی به طور قـابل ملاحظه‌ای گندزدا است. فلور روده‌ای راتغییرمی‌دهد. اشتهاآور است. ضد التهـاب و مسکن سرفـه هـای اسپاسموتیکی است.

مصرف: بـه‌شکل دم کرده (۱–۲ قاشق غـذا خوری از بـرگ را در یك لیتر آب بجوشانید وبگذارید بماند) از راه خوراکی برای درمان سیاه سرفه وانواع دیگرسرفه‌ها به‌کارمی‌رود (شربت آویشن شیرازی نیزهمین اثررا دارد) . برای اسهال و ناراحتی هـای گوارشی نیزبه‌کارمی‌رود.

اثرضد کرمی آن مورد تردید است. از راه خارجی برای التیام زخمها تاثیر عـالـی دارد.

Spearmint

نعناع

(*Mentha spicata* L. var *crispata* Schrad., *M. viridis* auct., Labiatae),
Garden Mint.



شرح: دربین گونه‌های مختلف نعناع این گونه بیشتراز همه کشت می‌شود. همچنین در مناطق بسیاری می‌روید. گیاهی است با ریشه‌هوایی وساقه‌های مستقیم وچهار گوش. برگها به طول ۳-۵ سانتی‌متر، متقابل، نیزه‌ای یا دوکی- نیزه‌ای است وحاشیهٔ آن دارای بریدگیهای عمیق است. بریدگیهای کنارهٔ آن نوك تیز است. کرك برگ‌ها کم است. گلها بنفش رنگ و کوچك است وبه شکل فراهم دریك سنبلهٔ استوانه‌ای درانتهای ساقه قرار گرفته‌است. تمام قسمتهای گیاه بوی معطر قوی دارد که‌از نعناع فلفلی آن‌را متمایزمی‌سازد.

قسمت مورد استفاده: برگهای‌خشك‌شده. برای مصارف خانگی ازجوانه‌های گلدار و برگدارنیزاستفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: معمولاً درسرتاسر جهان کشت می‌شود. به‌انگلستان آورده شده است و در بسیاری از مناطق، معمولاً مناطق مرطوب بومی شده است. تکثیر آن از طریق ریشه زیرزمینی‌انجام می گیرد. گاهی‌ازطریق دانه نیزتکثیر می‌شود. معمولاً دوبار در سال برداشت می‌شود: یك باردرخرداد ویك بارمهر. آن‌را درسایه ودرحرارتی کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند.

ایران: این‌گیاه درنواحی شمالی ایران واطراف تهران به‌حالت وحشی می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای یك اسانس فرار است که اختلاف قابل‌ملاحظه‌ای با اسانس نعناع فلفلی دارد و دارای مانتول نیست ولی مانند زیره دارای‌کارون (Carvone) است. تانن هم‌دارد. نعناع ترشح معده را زیاد می‌کند و گفته میشود که برروی ترشح صفرا اثر دارد (ثابت نشده است).

مصرف: به‌شکل تیزان (نیم لیترآب سرد را برروی یك قاشق غذا خوری گیاه‌بریزید، آن‌را به‌جوش‌آورید وبگذارید بماند) برای ناراحتی‌های معدی ونیزبرای اسهال ناشی‌از چایمان و برای تحریك ترشح صفرا دریرقان وسایر بیماریهای کبدی به کار می‌رود. در ایالات متحده مقدارزیادی ازآن برای تولید اسانس‌های فرار مصرفی درساخت آدامس کشت می‌شود.

Peppermint

(*Mentha x piperita* L., Labiatae)

نعناع فلفلی



قسمت مورد استفاده: از برگهای خشك یامعمولاً تمامی گیاه برای مصارف خانگی و نیزاستخراج اسانس فراراستفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: واقعاً به حالت وحشی نیست. در گودالها وکنارجاده‌ها در سراسر انگلستان می‌روید. توسط ساقه‌های خزنده بافاصله ۳۰ × ۱۵ سانتی‌متر ازهمدیگر در خاك غنی وسبك که زیاد خشك نیست کشت می‌شود (بندرت ازطریق دانه کشت می‌شود که فقط مقدارکمی ازنعناع فلفلی اصیل تولید می‌کند)، پس‌ازشاخه‌آوردن وگل‌دادن سالیانه دوبارمی‌توان برداشت کرد (درخرداد ـ تیر ودرپاییز). خشك‌کردن تاحد امکان سریع است و درسایه درحرارتی کمتر از۳۵ درجهٔ سانتی گراد انجام می‌شود. بازده ۱۰ـ۲۵ کیلوگرم درهر ۱۰۰ مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی‌ایران واطراف تهران می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای یك اسانس فرار حاوی مانتول‌وتانن‌است. نعناع فلفلی گندزدا، بادشکن و ضد اسپاسم است بویژه در دستگاه گوارش. ترشحات معده و صفرا را تحریك کرده وخاصیت ضدالتهابی دارد.

مصرف: معمولاً به شکل دم‌کرده (آن را نجوشانید) برای بی‌قوتی‌معده وروده،اسپاسم دستگاه گوارش، نفخ، یرقان و سنگهای صفراوی مصرف می‌شود. استنشاق‌آن برای سرماخوردگی وعفونتهای گلو بسیارمفیداست. آن‌را برروی زخمها نیزمی‌مالند.

شرح: این گیاه یك دو رگه حاصل از M.aquatica وM.spicata است. گیاهی‌است پایاکه‌توسط ساقه‌های‌خزنده‌هوایی‌وزیرزمینی تکثیر می‌یابد. ساقه‌ها چهار گوش به طول ۴۰ـ۸۰ سانتی‌متر است که در سطح تحتانی غیر منشعب اما درسطح فوقانی بیشتر منشعب است. برگها برحسب گونهٔ گیاه تاحدودی متغیرودوکی تا نیزه‌ای شکل هستند و ۴ـ۸ سانتی‌مترطول و۱/۵ـ۲/۵ سانتی‌متر عرض دارند. رنگ برگها سبز تاسبز مایل به قرمز است وحاشیهٔ آنها دندانه های عمیق دارد. گلها به‌طول تقریبی۸ میلی‌متراست وجام آنها صورتی مایل به‌قرمز است ودرمحور برگه‌ها به صورت گروههایی منظم شده‌است وغالباً به یك سنبله انتهایی ختم می‌شود . تعدادی از گونه هـای مختلف این گیاه شناخته شده‌اند که ازلحاظ رنگ برگها وساقه و نیز عطر با همدیگر تفاوت دارند.

Belladonna

شابیزك

(*Atropa belladonna* L., Solanaceae), Deadly Nightshade, Dwale, Devil's Cherries.

مهر گیاه، سگ شکن



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۵۰-۲۰۰ سانتی‌متر باریشه‌های منشعب ستبر. برگها به‌طول ۲۰ سانتی‌متر، به‌شکل بیضی با نوك تیز وکرکدارانه. طول جام گلها تا ۲/۵ سانتی‌متر می‌رسد و به شکل زنگوله هستند. رنگ سطح خارجی آن بنفش تیره ورنگ داخل آن زرد تیره مایل به‌قهوه‌ای است ورگه‌های بنفش‌رنگی دارد. میوهٔ ستهٔ آن به‌اندازهٔ یك گیلاس کوچك است که ابتدا سبز است وسپس سیاه می‌شود. عصاره این میوه بنفش است.

قسمت مورد استفاده: ریشه وبرگ

زیستگاه وگردآوری: در بیشه‌ها ومراتع روی خاکهای آهکی دربیشتر قسمتهای اروپا وغرب آسیا می‌روید. بومی انگلستان و ویلز است اما نسبتاً نادراست وبرروی گچ وسنگ آهك می‌روید. عموماً به مقادیر تجارتی از طریق دانه یا قلمه‌ریشهٔ آن درفواصل ۶۰ × ۶۰ سانتی‌متری تکثیرمی‌شود. درمدت ۳-۵ سال اول فقط برگها وجوانه‌های گیاه گلدارجمع‌آوری می‌شود. پس‌از ۳-۵ سال اول ریشه‌ها را هم می‌توان جمع کرد. در آفتاب یا در حرارت ۶۰ درجه خشك می‌شود. بازده آن ۱۰-۲۵ کیلوگرم برگ خشك درهر ۱۰۰ متر مربع است.

ایران: این گیاه درنواحی شمالی ایران مانند گیلان، طوالش، چالوس واسالم می‌روید.

ترکیبات واثر: برگ و ریشهٔ شابیزك حاوی آلکالوییدهای بسیارسمی است که بیشتر آن هیوسیامین است. بامقادیر دارویی برای درمان قولنجهای روده‌ای وصفراوی به‌کار می‌رود. ترشحات غدد بزاقی وعرق راکاهش داده ومردمك را منبسط می‌کند. مقادیرزیادآن سبب تهییج و به‌دنبال آن خواب‌آلودگی می‌شود و ممکن است کشنده باشد. میوه‌های آن نیز حاوی همین آلکالوییدهااست. تمام بخشهای گیاه بی‌نهایت سمی است.

مصرف: شابیزك باید تحت نظر پزشك فقط برای درمان اسهال عصبی ونیز یبوست، درمان بی‌اختیاری ادرار وبیماریهای چشم مصرف شود.

Henbane

بنگ‌دانه

(*Hyoscyamus niger* L., Solanaceae), Hyoscyamus, Hogbean

بذرالبنج



شرح: گیاهی یك‌ساله یادوساله‌است. گیاه دوساله یك طوقی از برگها در سال اول و یك محور گلدار ۳۰ـ۱۵۰ سانتی‌متری ساده یا پرانشعاب درسال دوم تشکیل می‌دهد. برگهای آن دوکی یا تخم‌مرغی پرکرك، باحاشیهٔ کنگره‌ای به‌طول ۶ـ۱۵ سانتی‌متردر گیاه وحشی‌است. بعضی‌از نژادهای پرورش یافته برگهایی به طول ۴۰ سانتی‌متر دارند. گلها قیفی شکل، سفید مایل به‌زرد یازرد تیره همراه بارگه‌های قهوه‌ای یا ارغوانی است که تاحدودی به شکل خوشهٔ افشان یك طرفه‌است. میوه: کپسولهایی است با سرپوش جداشدنی. زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تامهر است.

قسمت مورداستفاده: برگهای خشك‌شده و گاهی تمامی گیاه گلدار ودانه‌های خشك‌شده.

زیستگاه وکشت: در مناطق بایر، کنار جاده‌ها و پرچینها می‌روید. درسراسر انگلستان در زمین‌های شنی و معمولاً در نزدیك دریا یا رودخانه‌ها پراکنده است. با کاشتن دانه در ردیفهایی به فاصلهٔ ۳۰ـ۵۰ سانتی‌متر برای مصارف پزشکی کشت می‌شود. درپایان تابستان سال اول برگهای گیاه دو ساله جمع آوری می‌شود. گیاهان یك ساله باآغاز گل‌دادن چیده می‌شوند. خشك‌کردن درحرارت ۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد در سایه یا آفتاب انجام می‌شود. بازدهٔ ۱۰ـ۲۵ گیلوگرم درهرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه دراطراف تهران، کرج، نواحی شمال ایران، آذربایجان، اراك و تفرش می‌روید.

ترکیبات و اثر: بنگ‌دانه حاوی آلکالوییدهایی بسیار شبیه شابیزك، ولی به مقادیر کمتر، است. تأثیراین گیاه همانند بلادون‌ولی ضعیف‌تراست. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: بنگ دانه به علت دارابودن خاصیت سمی باید فقط با نظارت پزشك برای تمام موارد مصرف مربوط به شابیزك مصرف شود. روغن بنگ‌دانه عصارهٔ روغنی برگهای آن است که به‌عنوان مرهم درد ازآن استفاده می‌شود.

Stramonium

تاتوره

(*Datura stramonium* L., Solanaceae), Thornapple, Jimson Weed, Stinkweed.

شرح: گیاهی است یك ساله به ارتفاع ۳۰–۱۲۰ سانتی متر. ساقه‌ای ستبر و گرد با انشعاب دوبخشی دارد. برگها دارای دمبرگ، تخم‌مرغی یا مثلثی شکل با حاشیه‌های دندانه‌دار یا کنگره‌ای و گاهی بزرگتر از ۲۰ سانتی‌متر است. گلها در هر محور منفردند و جامی بزرگ، سفید رنگ وقیفی شکل دارند. میوهٔ یك کپسول خاردار (وبندرت غیرمسلح) است که با چهارشکاف بازمی‌شود وحاوی دانه‌های سیاه‌رنگ بسیاری است. تمام قسمتهای گیاه یك بوی نامطبوع وتهوع‌آوردارد. زمان گل‌دادن بین خرداد تاشهریوراست.

قسمت مورد استفاده: برگ ودانه خشك شده.

زیستگاه، کشت وگردآوری: بومی‌خاور‌نزدیك است اما به‌حالت وحشی در سراسر مناطق بایر و مزارع اروپا می‌روید، ولی‌فقط چند سال درهمان محل دیده می‌شود. به انگلستان وارد شده است وکم وبیش بومی شده‌است ولی‌فراوان نیست. برای مصارف پزشکی دانهٔ‌آن‌را درفروردین‌ماه درزمینهایی که خوب کود داده شده‌است درردیفهایی به فاصلهٔ ۵۰ سانتی‌متر ازهمدیگر می کارند. برگها راهنگامی که گیاه گلدار است ونیز در مواقع بعد جمع آوری می کنند. دانه‌ها را هنگامی که کپسول بازمی‌شودوسیاه‌شده‌اند جمع آوری می کنند. دانه‌های نارس قهوه‌ای‌رنگ هستندونباید‌آنها رامصرف کرد. بازده ۱۵–۲۵ کیلوگرم برگ و۳–۸ کیلو گرم‌دانه درهر‌صد مترمربع است.



ایران: تاتوره دراطراف تهران، کرج، آذربایجان، بلوچستان، گیلان و خراسان می‌روید.

ترکیبات واثر: تاتوره دارای همان آلکالوییدهای شابیزك اما به مقدار متفاوت است. اثر آن برروی دستگاه‌گوارش، غدد عرق، غددگوارشی ومردمك چشم شبیه‌شابیزك است. بامقادیردارویی اثرتحریکی‌آن‌برروی دستگاه اعصاب مرکزی بسیارکمتراست اما اثر تسکینی‌آن برجاست. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: تاتوره به‌علت‌دارا بودن‌خاصیت سمی باید تحت نظارت پزشك مصرف شود. برای تسکین‌آسم ازتنطورآن ونیزاز سیگار‌های ضد آسم که حاوی تاتوره است استفاده می‌شود.

Hedge Hyssop

(*Gratiola officinalis* L., Scrophulariaceae)



شرح: گیاهی است پایا با ریزومهای نازك سفید و خزنده. ساقه هوایی آن که ۱۵–۳۵ سانتی‌متر ارتفاع دارد، ساده و گاهی منشعب است. قسمت بالایی آن غالباً چهارگوش است. برگها متقابل، بدون دم، سبز رنگ، بدون کرك، کوچك و نیزه‌ای‌اند و درقسمت فوقانی گیاه حاشیهٔ آنها دندانه‌های سطحی دارد. گلها تقریباً ۱/۵ سانت طول دارند و بر روی دمگلهای کوتاهی درمحور برگها قرار گرفته‌اند. جام گل زیبا وقاعده آن لوله‌ای است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: در زمین‌های باتلاقی و گرم مناطق جنوبی‌اروپا می‌روید. گیاه وحشی راهنگامی‌که گلدار است جمع‌آوری‌کرده وبسرعت در حرارت ۶۰ درجهٔ سانتی‌گراد می‌خشکانند. این گیاه در انگلستان پرورش نمی‌یابد وبومی این کشورنیست.

ایران: این گیاه درنقاط مختلف ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: تمام بخشهای گیاه و بویژه برگهای‌آن دارای‌ترکیبات بسیارفعالی است وبامقادیرداروییِ خاصیت مسهلی‌شدیدی دارد. مانند گل انگشتانه کارقلب را تقویت می‌کند وبرای خیزعمومی مدرنیرومندی‌است. مصرف مقادیرزیادآن سمی‌است وممکن است به مرگ منجرشود.

مصرف: به عنوان یك مسهل قوی ونیز یك مدربرای خیزعمومی‌وبندرت برای‌درمان نقرس وبه عنوان مقوی قلب مصرف می‌شود. به‌علت سمیت قابل‌ملاحظه باید بادقت زیاد مصرف شود. تاحد امکان فقط تحت نظارت پزشك باید مصرف شود.

Speedwell

سیزاب طبی

(*Veronica officinalis* L., Scrophulariaceae), Bird's Eye, Common Speedwell.



شرح: گیاهی‌است پایا و خزنده، بجز ساقه گلدار آن، که‌مستقیم‌است‌و ۵ـ۲۰ سانتی‌متر طول دارد. برگها به‌طول ۱ـ۳ سانتی‌متر، متقابل، تخم مرغی یادوکی، کمی کرکدار با دندانه‌های ریز. گلها آرایش خوشه‌ای‌طویلی دارند. گلها کوچك ۵ تا ۷ میلی‌متر، جام‌گلها ازچهار گلبرگ تشکیل یافته وبه‌رنگ بنفش کمرنگ یا بندرت سفیدرنگ (تقریباً تمام گونه‌های دیگر این تیره‌گلهایی به‌رنگ آبی شفاف یابندرت سفید رنگ دارند) زمان‌گل‌دادن بین اردیبهشت تامرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه‌گلدارخشك شده ونیزعصاره‌گیاه‌تازه.

زیستگاه و گردآوری: دربیشه‌زارها، دشتها ومراتع فقیرسراسر اروپا می‌روید. در بریتانیا فراوان‌است. گیاه راهنگامی که‌گلدار است جمع‌آوری می‌کنند ودرسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این‌گیاه در گرگان، مازندران، رامسر، نزدیك نوشهروگیلان می‌روید.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثر آن هنوز کاملاً شناخته نشده‌اند. تانن، یك گلیکوزید به نام اکوبین (aucubin)، مقدارکمی‌اسانس فرارویك ساپونین درآن‌یافت‌شده‌است. تأثیر آن غالباً بیش‌ازحد برآورد شده‌است. سیزاب طبی یك مدرملایم، ضد التهاب وتصفیه کننده خون است.

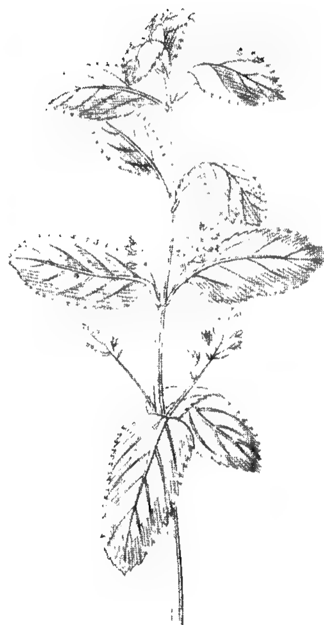
مصرف: بیشتر به شکل تیزان مصرف می‌شود (۰/۵ لیترآب سرد.را برروی ۲ قاشق غذاخوری‌ازآن بریزید، مدت۵دقیقه بجوشانید و بگذارید بماند). از راه خوراکی برای برونشیت،خیزعمومی (کم ارزش) ودردهای مجرای‌صفراوی (کم‌ارزش)مصرف می‌شود. از راه‌خارجی به‌شکل لوسیون یا کمپرس برای‌از بین‌بردن بثورات جلدی ودرمان زخمهای‌دیرالتیام به‌کارمی‌رود.

Brooklime

سیزاب

(*Veronica beccabunga* L., Scrophulariaceae) Water Pimpernel, Horse Cress

ترتیزك آبی



شرح: گیاهی است پایا، ساقه آن خزنده است ودرقاعده ریشه می‌دهد، سپس تا ارتفاع ۵۰ سانتی‌متری مستقیم است. برگها متقابلند و دمبرگهای کوتاهی دارند، پهنك برگ تخم - مرغی وپهن، بدون کرك وبراق است و حاشیه آن دندانه‌های ریزی دارد. گلهای آن آبی‌رنگ ودرخوشه‌های کوچکی آرایش یافته‌است و درمحل اتصال برگ به‌ساقه متصل است. جام گل ۴-۸ میلی‌مترطول دارد واز ۴ بخش بدرنگ آبی‌آسمانی تشکیل یافته‌است. زمان گل‌دادن ازاردیبهشت تامرداد ماه است. سیزاب ممکن است با بولاغ اوتی (آب تره) که در همان آب‌وهوامی‌روید به‌اشتباه گرفته شود، اما گیاه اخیر برگهای شانه‌ای و گلهای سفید رنگ دارد.

قسمت مورد استفاده: گیاه تازه‌یاخشك شده. عصارهٔ گیاه تازه.

زیستگاه وگردآوری: در نهرها، مکانهای مرطوب درمرغزارها و مردابهای سرتاسراروپا می‌روید، دراروپا فراوان‌است. هنگامی که گل‌دار است گردآوری شده ودر سایه یاآفتاب خشکانده می‌شود.

ایران: سیزاب در آذربایجان، سهند، جنوب ایران، اراك و تهران می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر سیزاب‌تقریباً کاملاً ناشناخته است. احتمالاً حاوی‌یك ساپونین، تانن وگلیکوزیدی به نام اوکوبین (aucubin) است. مطمئناً موارد مصرف‌آن بیش ازحدتخمین‌زده می‌شود. بنظرمی‌رسدکه تاحدودی ادرار آوراست. گیاه تازه وعصاره آن احتمالاً کمی خاصیت مسهلی دارد.

مصرف: تیزان (۲ قاشق غذاخوری‌گیاه را چند لحظه در یك لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) وگیاه تازه همراه با سالاد یا عصاره آنرا (یك قاشق غذاخوری سه بار در روز) برای درمان احتباس ادراری می‌خورند (این‌اثر مورد تردید است).

Foxglove

گل انگشتانه

(*Digitalis purpurea* L., Scrophulariaceae)



شرح: گیاهی است دوساله که درسال اول برگهایش یك طوقی که پرچین و چروك است و ۱۰ــ۳۰ سانتی متر طول دارد تشکیل می‌دهد. برگهـا بیضی شکل و کرکدار است. درسال‌دوم‌یك پاجوش برگداروگلدار بارتفاع ۱ــ۲ متر ایجاد مـی‌کند که بندرت منشعب است. جام‌گلها شبیه انگشتانه‌است که سطح خارج آن ارغوانی زیبا و سطح داخل آن روشن‌تر بالکه‌های ارغوانی است . زمان گل دادن خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: برگهای‌خشك‌شده سال اول وگیاه سال دوم.

زیستگاه‌کشت وگردآوری: بومی‌اروپای غربی است . در خـاکهای اسیدی انگلستان می‌روید. در بیشه زارهـا در خلنگزارهـا و صخره‌هـای کوهستانـی فراوان است. گیاه وحشی جمع‌آوری‌می‌شود.اما به‌طورتجارتی باکاشتن دانه‌ها درفواصل ۲۵ × ۶۰ سانتی‌ــ متر نیز کشت می‌شود. جمـع آوری گیاه یك ساله درپاییز وگیاه دوسالـه (بـا بازده‌کم) هنگامی که گلداراست، انجام می گیرد. برگها را بسرعت درسایه درحرارت ۵۰ــ۶۰درجهٔ سانتی‌گراد مـی‌خشکانند. بازده ۸ــ۱۴ کیلو گرم در هر صد مترمربع است.

ایران: این گیاه درمنطقه وسیعی‌ازنواحی شمالی، غربی ومرکزی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: تمام قسمتهای‌گیاه‌دارای گلیکوزیدهای فعالی است که بامقادیردارویی فعالیت قلب راتنظیم‌می کند.کارقلبی‌راتحریك می کند ودرخیزعمومی به عنوان‌یك مدرعمل می‌کند. با مقادیر زیادگل انگشتانه یکـی از سمی‌ترین گیاهان‌است. ازراه‌خارجی‌به‌التیام زخمها کمك می کند.

اثـر گونه‌های دیگر گل انگشتانـه : همان اثرگل انگشتانه دارند ولی در پزشکی مصرف نمی‌شوند.

مصرف: گل انگشتانه باید فقط با نسخهٔ پزشك برای بیماریهای قلبی وخیزعمومی به کار رود. جـوشاندهٔ آن در کمپرسها بـرای درمان زخم‌ها به‌کار می‌رود.

Eyebright

(*Euphrasia rostkoviana* Hayne, Scrophulariaceae), Euphrasia



شرح: گیاهی‌است یکساله زیباوکوچك ونیمه انگل که ساقه مستقیم آن ۵ـ۴۰سانتی مترارتفاع دارد و منشعب وکرکدار است. برگها متقابل به طول ۰/۵ تا ۱ سانتی متر، تخم مرغی شکل نوك تیز، کرکدار که ۳ـ۶ دندانه‌کوچك و تیز دؤ هرطرف دارد. گلها تقریباً یك سانتی‌مترطول دارند، به‌طورمنفرد درمحور برگهای فوقانی قرار گرفته و سفید رنگ هستند. لب بالایی کوتاه ولب‌پایینی از سه بخش تشکیل یافته ولکهٔ زردی درقاعدهٔ هریك دیده می‌شود. زمان گل‌دادن بین‌خرداد و مهر است.

قسمت مورداستفاده: گیاه خشك‌شده.

زیستگاه وگرد آوری: در مکانهای مرطوب ومعمولاً درخاکهای فقیردرمردابها، بیشه زارها و مراتع می‌رویند. بومی ویلز ، شمال انگلستان واستانهای مجاور آن است. گیاه‌گلدار را جمع‌آوری کرده و درسایه یا آفتاب می‌خشکانند.

ایران: این‌گیاه در آذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر آن هنوز هم بخوبی شناخته نشده است. تانن، سمی‌اسانس فرار و یك رزین در آن یافته شده است. احتمالاً دارای یك ساپونین است. این گیاه یك ضدالتهاب ملایم برای مخاطهااست.

مصرف: دم‌کردهٔ آن (یك فنجان آب سرد را روی یك قاشق چایخوری از گیاه ریخته و به جوش برسانید و بگذارید بماند) تقریباً منحصراً درکمپرسها وبه شکل لوسیون برای التهاب چشمها به‌کار می‌رود. بندرت‌به شکل مالیدنی برای التیام زخم ها به‌کار می‌رود. به شکل‌بینی‌شویه درسرما خوردگیها به‌کارمی‌رود و از راه خوراکی برای رفع بعضی التهابها مصرف می‌شود. اثر آن ملایم است وبرای التهابهای شدید چشم‌کافی‌نیست زیرادراین‌موردبایدهمیشه بایك‌پزشك‌مشورت کرد.

Mullein

گل ماهور،

(*Verbascum thapsus* L. = Aaron's Rod, *V. phlomoides* L., and *V. thapsiforme* Schrad., Scrophulariaceae), Blanket Herb, Cow's Lungwort, Lady's Foxglove.

علف ماهور



شرح: گیاهی است دوساله که برگهای بسیار کرکدار آن درسال اول یك طوقـی قاعده‌ای تشکیل مـی‌دهد. و درسال دوم یك محور گلدار تا سه متر ارتفاع باگلهای بزرگ درگل آذینی به طول بیش ازیك متر تشکیل می‌دهد. جام‌گل چرخـان است واز ۵ گلبرگ زرد به‌قطر ۱/۵ تا ۵ سانتی‌متر تشکیل یافته است. در V. Thapsus قاعدهٔ برگهادارای بـال است. در V. Thapsiforme گلهـا بزرگترند به طول ۳–۵ سانتی‌متر همراه بـا جـام کـاملا مسطح و میله‌هـای کـوتاهتر. V. Phlomoides با داشتن برگهای بدون بال بـا آن تفاوت دارد. زمان‌گل دادن بین خرداد وشهریوراست.

زیستگاه وکشت: درمناطق‌سنگی ودرخاك‌های خشك در سرتاسر اروپـا مـی‌روید. V. Thapsus در سواحل آفتابی انگلستان، ویلز، ایـرلند و جنوب اسکاتـلند مـی‌روید. V. Phlomoides و V. Thapsforme گاه و بی‌گاه به‌طور اتفاقی می‌روید وبندرت درانگلستان دیـده می‌شود. این گونه‌هـا را می‌توان توسط دانه تکثیرکرد. گلها از گیاه دوساله بین تیرماه تـا شهریور همچنا ن‌کـه شکفته می‌شوندجمع‌آوری‌می‌گردد. خشکاندن یا درهوای آزاد، یا درسایه درفصول خشك ویا در حرارت ۳۵–۴۰ درجهٔ سانتی‌گـراد انجام می‌شود. بازدهٔ ۵–۱۵ کیلوگـرم گل خشك شده درهرصد مترمربع است.

ایران: درنواحـی مختلف البرز، شمال تهران، همدان آذربایجان ونـواحی جنوب غربی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: حـاوی ساپـونین‌هـا، موسیلاژ و مقدار جزیی اسانس فرار است. ساپونینها واسانس‌فرار خلط‌آورند.موسیلاژ آن آرام‌کنندهٔ التهابات دهـان وگلو است. گلهایی کـه قهوه‌ای شده‌اند تأثیر کمتـری دارند.

مصرف: به‌شکل‌تیزان (یك‌لیترآب‌جوش را روی ۱–۲ قاشق غذاخوری‌گل بریزید و بگذاریدبماند) برای برونشیت، وبندرت‌به‌عنوان مدر(اثرآن مورد تردیداست)مصرف‌می‌شود. معمولاً از این گیاه به صورت مخلوط همراه با گیاهان دیگر استفاده می‌شود.

Plantain

بارهنگ ،

(*Plantago major* L., Plantaginaceae), Great Plantain, Ripple Grass, Waybread.

بارهنگ کبیر



قسمت مورد استفاده: برگهای خشك شده وبندرت تازه. گاهی از برگهای بارهنگ هرزه دارای گلهای صورتی نیز استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: درکنار جاده‌ها ، زمینهای کشت نشده و مراتع فقیر اروپا می‌روید. معمولاً درسراسرانگلستان پراکنده است. برگها دربهار و تا پیش‌از زمان گل‌دادن جمع آوری می‌شوند. برگها را باید بسرعت در آفتاب در ۴۰ ـ ۵۰ درجهٔ سانتی‌گراد خشکانند وگرنه قهوه‌ای می‌شوند.

ایران : در اطراف تهران ، گیلان، آذربایجان،کردستان،خراسان،اصفهان، بلوچستان،وبطورکلی اغلب نواحی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر : ترکیبات مؤثر آن هنوز کمتر شناخته شده‌اند: حاوی موسیلاژ و گلیکوزیدی به نام(اوکوبینaucubin)است به عنوان ضدالتهاب برای سینه دردهامصرف می‌شود(براین خاصیت آن احتمالاً بیش‌از حدتأکید شده‌است). برگهای تازه‌آن به‌التیام زخمها کمك می کند.

مصرف: به شکل تیزان (یك لیتر آب سرد را روی ۲ قاشق غذاخوری از برگهای خرد شده آن بریزید ، به جوش بیاورید و بگذارید بماند) برای درمان برونشیت به کار می‌رود. برگهای تازه و خرد شده آن را می‌توان برروی زخمهائی که‌دیرالتیام‌می‌یابند مالید .

شرح: گیاهی است پایا با یك طوقی‌از برگهای بزرگ و یك ساقه گلدار بارتفاع ۵ـ۴۰ سانتی‌متر. برگها،دمبرگهای درازی دارند (تفاوت با بارهنگ هرزه hoary Plantain (P. media) که ظاهری مشابه با آن دارد اما برگهایش دمبرگهای کوتاهی دارند) ، طول برگها ۵ـ۳۰ سانتی‌مترتخم مرغی شکل وپهن‌است. برگها کامل یا دارای حاشیه‌کمی مواج است وکمی کرکدار یا بدون کرك است و هفت رگبرگ طولی برجسته دارد. گلها دریك گل آذین استوانه‌ای درازقرارگرفته‌اندوکوچك سفید مایل به زرد و نامشخص هستند. دانه‌ها قهوه‌ای پررنگ،کوچك و تخم مرغی‌اند .

Ribwort

بارهنگ سرنیزه‌ای

(*Plantago lanceolata* L., Plantaginaceae), Long Plantain, Snake Plantain.

شرح: گیاهی است پایا که ارتفاع آن به ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد و برگهایی دارد که یك طوقی قاعده‌ای تشکیل می‌دهد. طول برگها تا ۴۰ سانتی‌متر و نیزه‌ای باریك وکم‌و بیش کرکدار است. حاشیه برگها کامل یا موجدار است و۳ــ۷ رگبرگ طولی‌وبرجسته در سطح تحتانی دارد. گلها به‌رنگ قهوه‌ای ونامشخص به‌شکل گل‌آذین کوچك استوانه‌ای یا کروی در رأس یك ساقه دراز، باریك، مستقیم که تا ارتفاع ۵۰ سانتی‌متری می‌رسد وشیارهای طولی‌دارد، قرار گرفته‌اند. دانه‌ها به‌طول یك میلی‌متر، تخم مرغی و به‌رنگ سیاه مایل به‌قهوه‌ای است. زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تا شهریور است.

قسمت مورداستفاده: اصولاً برگهای خشك شده و بندرت دانه‌های رسیده.

زیستگاه وگردآوری: دراروپای‌مرکزی درخاکریزها، کنار جاده‌ها توده زباله‌ها و علفزارها می‌روید. معمولاً درانگلستان روی خاکهای خنثی و قلیایی می‌روید، برگها را دربهار هنگامی‌که گلها شکفته می‌شوند جمع‌آوری کرده‌وتا آنجایی که ممکن‌است به‌سرعت درسایه یا آفتاب در حرارت ۳۰ــ۵۰ درجهٔ سانتی گرادمی‌خشکانند. خشك کردن آهسته گیاه به‌آن رنگ‌قهوه‌ای می‌دهد. دانه‌ها راهنگامی که رسیده‌اند (مردادتا مهر) دریك روزخشك وآفتابی جمع‌آوری می‌کنند.

ایران: دراطراف تهران، کرج، گیلان، رشت، لنگرود، تبریز، اردبیل، خرم‌آباد، لرستان، مسجدسلیمان می‌روید.



ترکیبات واثر: مواد مؤثر برگها تا حدودی شناخته‌شده‌اند:موسیلاژوگلیکوزیدی به‌نام اوکوبین دارد. خاصیت ضدالتهابی ملایمی دارد. بشره دانه حاوی موسیلاژ است. دانه‌ها اثر تنظیم کننده برروی روده‌ها دارند.

مصرف: تیزان درست شده ازبرگ(یك لیتر آب سرد را روی ۲ قاشق غذاخوری از برگ بریزید و به‌مدت ۳ دقیقه بجوشانید و بگذارید بماند) اصولاً برای برونشیت‌مزمن مصرف می‌شود. از دانه‌ها (۱ــ۳ قاشق چای‌خوری از دانه‌ها را بگذارید به‌مدت۲ساعت درنصف لیوان آب بخیسد تا متورم شود و سپس یکجا بخورید) به‌عنوان یك مسهل ملایم استفاده می‌شود.

Alpine Plantain
بارهنگ کوهی

(*Plantago alpina* L. and *P. serpentina* All., Plantaginaceae)



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۵–۲۵ سانتی‌متر با ریشه دوکی‌شکل و برگهایی که‌در یك طرقی قاعده‌ای قرار گرفته‌اند. برگها باریك، کشیده یا نیزه‌ای هستند. طول برگها ۳–۲۰ سانتی‌متر وعرض آنها ۲–۵ میلی‌متر است. برگها کرکدارند و حاشیه‌شان کامل است یا دندانه‌های نامشخصی دارد و۳رگبرگ طولی دارند. گلها کوچك نامشخص وقهوه‌ای رنگ اندودریك گل آذین استوانه‌ای به‌طول ۱-۴ سانتی‌متردر رأس یك ساقه‌درازقرار گرفته‌اند. لبهٔ جام گل برآمده و سفید رنگ است. دانه‌ها کوچك، سیاه مایل به‌قهوه‌ای رنگند وهنگامی که مرطوب می‌شوند چسبناك می گردند.زمان گل‌دادن تیر تا مرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده و بندرت برگهای خشك شده ودانه‌های رسیده.

زیستگاه و گردآوری: بارهنگ کوهی درارتفاع ۱۲۰۰–۲۵۰۰متری در مراتـع و کنارجاده‌ها می‌روید. گیاهی است‌که بـرای علوفه بسیارعالی است. هنگامـی که گلدار است جمع‌آوری شده و بسرعت در سایه یـا آفتاب خشکانده می‌شود. دانه‌ها را هنگامـی که رسیده است (شهریـور تا مهـر) در یك روزخشك گـردآوری می‌کنند. این گیاه در بریتانیا نمی‌روید.

ترکیبات و اثر: مواد مؤثراین گیاه‌شبیه بارهنگ سرنیزه‌ای است. به‌عنوان نرم‌کننده برای درمان سرفه به کار می‌رود. دانه‌هـا با موسیلاژ فراوان اثـر تنظیم‌کننده‌ای بر روی روده‌ها دارند.

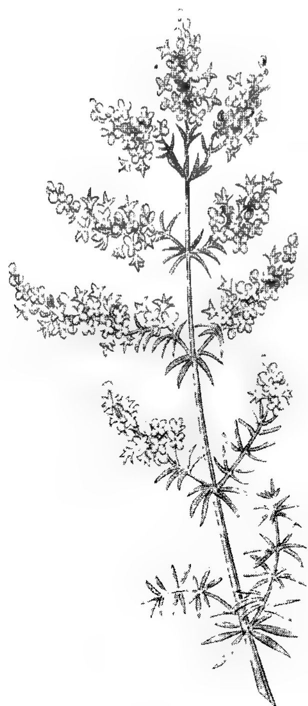
مصرف: تیزان این‌گیاه (نیم‌لیترآب سرد را روی یك قاشق غذاخوری ازگیاه بریزید و به‌مدت ۳دقیقه بجوشانید وبگذاریدبماند) برای درمان برونشیت مصـرف می‌شود. از دانه‌ها (۱–۳ قـاشق چایخوری را به مدت ۲–۳ ساعت‌در نصف‌لیوان‌آب‌سردبخیسانید) مانند تخـم برزك به‌عنوان یك مسهل ملایـم استفاده می‌شود. ازاین گیاه به‌عنوان ضداسهال می‌توان استفاده کرد.

Lady's Bedstraw

شیرپنیر

(*Galium verum* L., Rubiaceae), Yellow Bedstraw, Maid's Hair, Cheese Rennet.

علف پنیر



شرح: گیاهی‌است پایا بارتفاع ۲۵-۸۰ سانتی‌متر باساقه‌های مستقیم، تاحدودی منشعب و تقریباً چهار گوش. برگها در دسته‌های ۸-۱۲ تایی به شکل فراهم روی ساقه قرار گرفته‌اند. برگها باریك وبسیار نازك به‌طول ۱۵-۲۵ سانتی متر و به‌پهنای ۱-۲ میلی‌متر و معمولاً برگشته‌اند . سطح فوقانی دارای کرکهای نرم وسطح تحتانی کرکدار است. گلها به‌پهنای ۲-۳ میلی متر و به رنگ زرد طلایی در گل‌آذین زیبایی درمحورشاخه‌ها قرارگرفته‌اند (سایر گونه‌های این خانواده برگهای بزرگتری دارند و گلهایشان عموماً سفید رنگ است) زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تاشهریور است.

قسمت مورداستفاده: گیاه گلدار خشك شده .

زیستگاه وگردآوری: در علفزارها و معمولاً درمناطق‌خشك درسراسر اروپامی‌روید. دربریتانیا فراوان است. این گیاه هنگامی که گل دارد جمع‌آوری شده ودرسایه یا آفتاب خشکانده میشود.

ایران: درنواحی شمالی ایران: رودبار، نواحی مختلف البرز، عمارلو، تبریز، تفرش می‌روید.

ترکیبات و اثر: شیرپنیرمقدارزیادی‌اسید سیلیسیك دارد. وجود ساپونین در آن باثبات نرسیده است. سایر گونه‌های شیر پنیر بویژه علف شیر (G. aparine L.) اثر مشابهی دارند. دارابودن خاصیت انعقاد شیرهنگام جوشاندن‌آن به‌علت مقدارزیاد اسیدهای آن است و فقط هنگامی‌که ازجوشانده‌های غلیظ آن استفاده می‌شود پیش می‌آید.

مصرف: معمولاً بشکل دم کرده (یك لیتر آب سردرا روی ۱-۲ قاشق غذاخوری خرد شده‌گیاه بریزید، به‌مدت۳-۵دقیقه بجوشانید وبگذارید بماند) به‌عنوان یك مدر برای خیز عمومی وناراحتی های کلیه ومثانه مصرف می‌شود. ازراه خارجی ازدم‌کرده آن برای مالیدن برروی زخمها و بثورات پوستی استفاده می‌شود (این اثرمورد تردیداست).

Elder

آقطی

(*Sambucus nigra* L., Caprifoliaceae), Black Elder

پلم

قسمت مورد استفاده: برگ و گل خشک شده، میوه خشک شده یا تازه.

زیستگاه و گرد آوری: در بیشه زارها، پرچینها، کنار جاده‌ها، زمینهای بایر ودر خاکهای قلیایی و غنی می‌رویند. در سراسر اروپا پراکنده است و درانگلستان فراوان است. گاهی کشت می‌شود. گلها هنگامی که کاملاً بازاست جمع آوری شده وتا جایی‌که ممکن است بسرعت درسایه درحرارتی کمتر از ۴۰ درجه سانتی گرادخشك می‌شود.

ایران: در نواحی شمالی ایران وهمدان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلها حاوی اسانسهای فرار، موسیلاژ وگلیکوزیدهای فلاونوییدی است و خاصیت معرق دارد. برگها، پوست و میوه نارس حاوی اسید پروسیك به شکل گلیکوزید وسمی‌است. برگها وپوست‌آن‌مدر است. میوه نارس‌ملین ملایم است.

مصرف: گلها معمولاً به‌شکل تیزان (۱-۲ قاشق غذاخوری از گلها را دریك لیترآب جوشان ریخته وبگذارید بماند) برای‌حالات تب، عموماً سرماخوردگیها ، انفلوانزا و روماتیسم مصرف می‌شود. پوست و برگها به شکل تیزان (بسرعت ۲ قاشق غذا خوری از گیاه را دریك لیتر آب بجوشانید وبگذارید بماند) برای احتباس ادرار ، خیزعمومی ، روماتیسم (این اثرمورد تردید است) مصرف می‌شود. میوه تازه یا به‌شکل مربا به اندازهٔ قاشق غذاخوری به‌عنوان ملین ونیز برای‌سرفه وسرماخوردگی مصرف میشود.



شرح: بته یا بندرت درختچه‌ای است که تا ۶ متر ارتفاع پیدا می‌کند. پوسته تنه آن قهوه‌ای یا خاکستری کمرنگ‌است وشیارهای طولی دارد. شاخه‌ها مغز سفید رنگ فراوانی دارد. برگها بزرگ، تك شانه‌ای و شامل ۵-۷ برگچه تخم‌مرغی، تاحدودی کرکدار با رأس تیز وحاشیه دندانه‌دار است. گلها بوی شیرین دارند ودریك چترکاذب‌قرار گرفته‌اند. جام گل به پهنای ۵-۹ میلی متر، دارای ۵ قسمت وسفیدرنگ است. میوه‌ها کروی شکل وبه قطر ۵-۶ میلی‌متر به‌رنگ سیاه وشیرهٔ سرخ رنگی دارد. زمان گل‌دادن خرداد تا شهریوراست.

Dwarf Elder

(*Sambucus ebulus* L., Caprifoliaceae), Danewort

آقطی

شون،شوند، غلیون، پلخون

شرح: گیاهی‌است پایا با ریزوم ستبر و خزنده. ساقه آن ۵۰ سانتی‌متر تا ۱/۵ متر ارتفاع دارد ودرپاییز برزمین می‌افتد. برگها تك شانه‌ای با ۵ ــ ۹ برگچه به‌طول تا ۶ سانتی متر، کمی‌کرکدار باحاشیه دندانه‌ای.



گلها با بوی شیرین، شبیه بادام تلخ که دریك چتر مسطح (کاذب) قرار گرفته‌اند. جام گل ۶ـ۸ میلی متر طول دارد وازه ۵ بخش سفیدیا صورتی تشکیل یافته است. پرچمها ارغوانی رنگند.

قسمت مورد استفاده : ریزوم و ریشه خشك‌شده وبندرت میوه سته تازه.

زیستگاه و گردآوری: در جنوب و مرکزاروپا درمناطق مرطوب وغیرکشاورزی در گودالها و پرچینها می‌روید. در سراسر بریتانیا پراکنده است اما در شمال اسکاتلند نادراست.

ایران: درشمال ایران می‌روید.

ترکیبات وآثار: ریشه آقطی حاوی مقدار جزیی اسانس فرار وترکیبات معرق مدر و قی‌آور است. بامقادیر زیاد ریشه ومیوهٔ آن سرگیجه وتهوع ایجاد می کند. این گیاه سمی است.

مصرف: دم‌کردهٔ (یك قاشق چایخوری‌از ریشه کاملاً خرد شده گیاه را بمدت ۵ دقیقه در نیم لیترآب بجوشانید وبگذارید بماند)آقطی به‌عنوان پیشاب‌آور برای درمان خیزعمومی وروماتیسم مصرف می‌شود.استفاده ازاین گیاه باید بااحتیاط همراه باشد.

سنبل الطیب، Valerian

علف گربه

(*Valeriana officinalis* L., Valerianaceae). Setwall



شرح: گیاهی است پایا با ریزومهای کوتاهی که ساقه‌های خزنده زیرزمینی ایجاد می‌کنند. ریزوم گیاه وحشی ۲ سانتی‌متر ضخامت دارد وچندین ریشه به‌ضخامت ۲ـ۳ میلی‌متر وبه‌طول ۱۰ـ۲۰ سانتی‌متر از آن خارج می‌شود. ریزوم گیاه اهلی‌شده ریشه افشان دارد. برگها تك شانه‌ای با ۷ـ۲۱ قسمت نیزه‌ای شکل باحاشیهٔ دندانه‌ای است. ساقه گل‌دار که درسال دوم یاسوم ظاهرمی‌شودگرد وشیاردار است وتاارتفاع ۱/۵ متری می‌رسد. گلها که آرایش چتری دارند، کوچك صورتی رنگ (گاهی سفید رنگ) ولوله‌ای شکل هستند. یك شکل آن که V.Sambucifolia MiK. نام دارد و ساقه‌های خزنده هوایی دارد نیز مصرف می‌شود. زمان گل دادن بین خرداد تامرداد است.

قسمت مورد استفاده: ریشه‌وریزوم خشك شده یا تازه.

زیستگاه وکشت: در کنار رودخانه‌ها و نهرها در مکانهای باتلاقی، در بیشه زارها و مراتع اروپا غیرازمنتهی‌الیه جنوبی وشمالی آن می‌روید. درسراسر بریتانیا دیده می‌شود. این گیاه را می‌توان باکاشت مجددگیاه جوان ازساقه‌های خزنده درفواصل ۳۰ سانتی‌متری درخاك سبك در پاییز یا زمستان تکثیرکرد. زمان گردآوری بین شهریور تا آبان است ریزوم و ریشه‌های آن را خوب می‌شویند سپس بایك شانه ضخیم شانه می‌کنند ودرسایه می‌خشکانند. بازدهٔ آن ۲۵ـ۴۰ کیلوگرم گیاه خشك درهر ۱۰۰ مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی ایران ونواحی مختلف رشته جبال البرزمی‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر آن بتازگی کشف شده‌اند و عبارتند از: والپوتریات‌ها (Valpotriates) یك اسانس فرار و یك ترکیب ضد اسپاسم. سنبل الطیب فعالیت دستگاه اعصاب مرکزی راکاهش می‌دهد.

مصرف: تنطور، ریشه تازه ودم کرده آن (یك قاشق مرباخوری ازخرد شده‌گیاه را در آب سرد بآهستگی تا نقطه جوش برسانید و بگذارید بماند) برای حالات عصبی، بیخوابی ملایم واختلالات عصبی قلب مصرف میشود.

White Bryony

فاشرا

(*Bryonia dioica* Jacq., Cucurbitaceae), Red Bryony, English Mandrake, Lady's Seal, Wild Vine.

ماردارو

شرح: گیاهی است پایا و دوپایه با ریشه غده‌ای بزرگ‌ویك ساقه طویل ومنشعب که توسط پیچکهای مارپیچ تاارتفاع ۴متری بالا می‌رود. برگهادمبرگهای کوتاهی‌دارند، قلبی شکلند و۵لوب دارند. گلها دوپایه‌اند، گلهای نرسفید مایل به‌سبزاست وباساقه طویل به‌شکل گل آذین دیهیم قراردارد در حالی که



گلهای ماده سفید مایل به زرد است و ساقه ستبری دارد. میوهٔ آن یك سته‌است و هنگامی که می‌رسد منفرداست.

قسمت مورد استفاده: ریشه‌تازه،وبندرت خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: بومی کشورهای مدیترانه است و دربیشتر نواحی اروپای مرکزی درپرچینها وجنگلهای باز می‌روید. درانگلستان وویلز بویژه درخاکهایی که‌خوب زه‌کشی شده‌اند می‌روید. ریشهٔ آن که ممکن است تا۲/۵ کیلوگرم وزن داشته باشد پیش از گل دادن گیاه جمع‌آوری می‌شود.

ایران: در بعضی نواحی شمال غربی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: یك رزین داردکه ازآن گلیکوزید بریونین (Bryonin) استخراج می‌شود. گلیکوزیدهای دیگر، یك آلکالوییدِ، تانن ویك اسانس قراردارد. این رزین یك مسهل‌شدیداست که ممکن‌است‌اسپاسم وقولنج ایجادکند. تمام قسمتهای گیاه سمی‌است.

مصرف: به خاطر اثر شدیدش در طب آلوپاتی بندرت مصرف می‌شود. ازفرآورده‌های هومئوپاتیك ریشه تازه آن برای ناراحتیهای روماتیسمی‌والتهاب‌مخاط‌ها استفاده می‌شود. گاهی به عنوان مسهل ازآن استفاده می‌شود.

Golden Rod

(*Solidago virgaurea* L., Compositae), Solidago



شرح: گیاه پایا و زیبائی است که به ارتفاع ۲۰–۱۰۰ سانتی‌متر می‌رسد. ریزوم آن گره‌داراست وساقه گرد ومنشعبی داردکه فقط درقسمت گلدار گیاه منشعب می‌شود. برگها متناوب بایا بدون دمبرگ، تخم مرغی یا بیضوی است وحاشیهٔ آنها دارای دندانه‌های درشت یا صاف وکرک‌دار است . کاپیتول ۹–۱۵ میلی‌متر پهنا دارد و دریك خوشه افشان انتهایی قرار گرفته است. در اطراف هرنهنج دارای ۵–۱۰ گل‌زبانه‌ای به‌رنگ‌زرد روشن ودرمرکزآن ۱۰–۲۰ گل لوله‌ای وجود دارد. زمان گل‌دادن تیر تامهراست.

قسمت مورداستفاده: گیاه‌گلدار خشك.

زیستگاه وگردآوری: در بیشه زارها، دشتها،علفزارها، کنار پرچینها، خاکریزها و صخره‌های سراسراروپا می‌روید. درانگلستان فراوان‌است (اما درجنوب شرقی این کشور نادراست) وبرروی خاکهای اسیدی یاآهکی می‌روید. هنگامی‌که گلدار است گردآوری شده ودرسایه در حرارتی‌کمتر از ۴۰ درجهٔ سانتی‌گراد خشك می‌شود.

ایران: این‌گیاه درگیلان،نواحی مختلف البرزوارتفاعات‌کندوان می‌روید.

ترکیبات واثر: روغنهای فرار، تانن و ساپونین دارد. کمی مدراست خاصیت ضد-اسهالی وضدالتهابی دارد وبه‌التیام زخم‌کمك می‌کند.

مصرف: ازراه خوراکی به‌شکل تیزان مصرف می‌شود (یك لیتر آب سردرا برروی ۱–۲ قاشق غذاخوری گیاه‌ریخته وبه‌مدت دو دقیقه بجوشانید و بگذارید بماند) وبرای درمان احتباس ادراروالتهاب مجاری‌ادراری (کلیه‌ها ومثانه) به‌کار می‌رود. همچنین برای روماتیسم به‌عنوان ضداسهال (بندرت) به‌کار می‌رود. ازراه غیر خوراکی تیزان به شکل لوسیون یاکمپرس برای‌التیام زخم‌ها مصرف می‌شود.

Life Everlasting

(*Antennaria dioica* (L.) Gaertn. · *Gnaphalium dioicum* L., Compositae), Cat's-foot.



شرح: گیاهی است پایا به‌ارتفاع ۵-۲۰ سانتی متر، بـرگهای آن به‌شکل طوقی درهم فشرده است ویك ساقهٔ انفرادی گلدار ازمیان آن می‌روید. برگها پارویی شکل‌وپوشیده از کرك‌های خاکستری رنگ است. محور گلدار گیاه برگدار است وکاپیتول آن کوچك‌است. برگه‌های گریبان‌آن قرمز یاسفید رنگ‌است. گلچه‌های آن‌که همگی لوله‌ای است صورتی یاسفید رنگ‌است. دوگونهٔ G.Sylvaticum و G. Norvegicum که شبیه ایـن گیاه هستند و ۱۵ــ۵۰ سانتی متر درازا دارند نیز مصرف می‌شوند. برگه‌های گریبان‌این دوگونه قهوه‌ای رنگ است وطوقی آنها درهم فشرده نیست. زمان گل‌دادن بین اردیبهشت تا مرداد است.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدارخشك شده.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه تاارتفاع ۲۷۰۰ متری درمناطق خشك ومراتع فقیر در شمال‌ومرکزاروپا وبیشتردرنواحی کوهستانی می‌روید. درسراسربریتانیا (درشمال‌این کشور کم‌است) درخلنگزارها، مراتع خشك ودامنه خشك کوهها، معمولاً درخاکهای آهکی یـا قلیایی، می‌روید. گیاه راهنگامی که گلدار است گردآوری کرده ودرسایه می‌خشکانند.

ترکیبات واثر: این‌گیاه دارای تانن و اسانس‌های فراراست. ازهرسه‌گونه این‌گیاه به‌عنوان ضد اسهال ومدر ملایم استفاده می‌شود.

مصرف: به‌شکل تیزان (یك قاشق غذاخوری ازگیاه را با نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید بماند) معمولا در اسهال‌ها به‌کار می‌رود (اثر ملایم دارد). Edelweiss که از همین‌گونه است اثری مشابه دارد و می‌تواند جانشین‌آن شود اما درپزشکی مصرفی ندارد ودرسوییس یك‌گیاه حفاظت شده‌است.

زنجبیل شامی، راسن

Elecampane

(*Inula helenium* L., Compositae), Scabwort



شرح: گیاهی است زیبا و پایا به ارتفاع تا دومتر و ریزوم غده‌ای بزرگ. ساقه آن ستبر است که در بخش بالایی منشعب می‌شود و کرکدار است. برگهای قاعده این گیاه که درازای آن به بیش از ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد بیضوی است و رأس تیزی دارد. در سطح فوقانی تارهای کمی دارد و درسطح زیرین تارهای ریز فراوانی دیده می‌شود. حاشیه برگها دندانه‌های ریزی دارد. برگهای فوقانی ساقه نیز همین شکل را دارند منتها کوچکترند. کاپیتول بزرگ آن تا ۷ سانتی مترهم می‌رسد، گلهای زبانه‌ای در یک ردیف‌اند و زبانهٔ باریک و زردی دارند، گلهای لوله‌ای فراوانند. زمان گل‌دادن خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: ریشه و ریزوم خشک شده.

زیستگاه وکشت: بومی ایتالیا وکشورهای بالکان است اما دراروپا هم می‌روید. به بریتانیا آورده شده است ودرسرتاسر مزارع، کنارجاده‌ها وزمینهای بایر پراکنده است اما فراوان نیست. ریشه‌های آن‌را درپاییز سال دوم جمع آوری کرده، آن‌را به‌قطعاتی تقسیم می‌کنند ودرآفتاب می‌خشکانند. بازدهٔ آن ۲۵–۳۵ کیلوگرم ریشه درهرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه در آذربایجان، کردستان، اراك ولرستان می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای اسانس فرارو رزین است. این گیاه ترشحات معده را به شدت تحریك می‌کند وبرای افزایش اشتها مصرف می‌شود. مدر ملایم، ضد التهاب و خلط آورهم است و در برونشیت ازآن‌استفاده می‌شود.

مصرف: بیشتر به شکل تنطور مصرف می‌شود)۲۰–۳۰ قطره را ۳– ۴باردرروز با کمی‌آب می‌خورند). بندرت به شکل تیزان (۱–۲ قاشق مرباخوری از گرد نرم ریشه را با ۰/۵ لیترآب بجوشانید وبگذارید بماند) یا به شکل گرد (یك نوك چاقو) مصرف می‌شود. معمولاً برای درمان بی‌اشتهایی، اختلالات معدی وبرونشیت مداوم مصرف می‌شود.

Yarrow

بومادران

(*Achillea millefolium* L., Compositae), Milfoil, Nosebleed, Thousand-leaf.



شرح: گیاهی‌است پایا بارتفاع ۲۰–۴۵ سانتی مترکه ریزوم خزنده ومنشعبی‌دارد. برگهای قاعده‌گیاه به‌شکل‌طوقی‌است وساقه‌های‌آن معمولاً ساده وگلدار است. کاپیتول آن معمولاً به شکل گل‌آذین چتری صاف‌است. گل‌های‌زبانه‌ای‌آن‌سفیدرنگ وگلهای‌لوله‌ای آن غالباً سفید مایل به‌زرداست. درکوهستانها گل‌های‌زبانه‌ای‌آن غالباً صورتی مایل به‌قرمز است. زمان گل‌دادن بین خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: گیاه‌گلدارخشك شده. بندرت فقط ازکاپیتول یا فقط از برگها استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: بومادران در کنار جاده‌ها، پرچینها، زمینها و مراتع تا ارتفاع ۲۷۰۰ متری یافت می‌شود. معمولاً دربریتانیا ودراروپا می‌روید. گیاه گلدار را جمع‌آوری‌کرده ودرسایه درحرارت‌کمتر از ۴۰ درجهٔ سانتی گراد خشك می‌کنند.

ترکیبات واثر: مواد تلخ واسانس‌های فراردارد. بومادران‌دارای‌خاصیت ضدالتهاب وضد اسپاسم است وترشحات معده را تحریك می‌کند. درناراحتیهای‌قاعدگی‌اثرتنظیم‌کننده وضد اسپاسم دارد. هم‌چنن ضد التهاب هم هست. مصرف مقدارزیادآن سبب سردرد و سرگیجه می‌شود.

مصرف: معمولاً به شکل تیزان (۲–۳ قاشق غذاخوری ازآن‌را دریك لیترآب سرد ریخته وبگذارید بماند). از راه خوراکی در بی‌اشتهایی، اختلالات معدی، اسهال، نفخ، قاعدگی دردناك و دیردس، بواسیر و سرفه مصرف‌می‌شود. ازراه خارجی برروی‌زخمهای چرکین مالیده می‌شود.

Alpine Mugwort

(*Achillea erba rotta* All. subsp. *moschata* (Wulf.) Vaccari, Compositae), Musk Achillea.



شرح: گیاهی است پایاکه لایه‌ای از طوقی‌های فشرده ودرهم و ساقه‌هـای گلدار متعددی بارتفاع ۱۰– ۲۵ سانتی متر تشکیل می‌دهد. برگهای طوقی‌قاعده وساقه‌های گلدار سبزتیره بدون کرك یا کمی کرکدار، کشیده و شانه‌ای ریزاست. کاپیتول‌ها درگروههای ۲– ۵ تایی برساقه گلدارقراردارند وقطر هریك ۱/۵ سانتی متر است. گلهای زبانه‌دار دارای زبانه‌هایی به‌رنگ سفیدروشن و گلهای لوله‌ای زرد مایل به سبزاست. برگه‌های گریبان سبز رنگ است. زمـان گل‌دادن خرداد تا مرداد است.

قسمت مورداستفاده: گیـاه گلدار بـه حالت تازه یاخشك.

زیستگاه‌وگردآوری: منحصر به‌کوههای آلپ است. به‌مقدارفراوانی درمراتع،زمینهای بایر وسنگی برروی خاکهای آهکی می‌روید. در ارتفاع ۱۵۰۰ تا ۳۰۰۰ متری رشد می‌کند. گیاه گلداررا جمع‌آوری کرده ودرسایـه در گرمایی کمتر از۴۵ درجه سانتی‌گراد خشك می‌کنند. دربریتانیا نمی‌روید.

ترکیبات واثر: این گیاه حاوی مقدار زیادی اسانس فـرار و مقدارکمی مواد تلخ است. اسانس فـرار آن تـرشحات معـده را تحریك کرده و اشتها را افزایش می‌دهد. به مقدارکمی مـدر است وخاصیت ضد سرفـه دارد.

مصرف: بیشتر بـه شکل لیکور مصرف می‌شود (۳۰۰گرم گیاه تازه‌یا ۷۵–۱۰۰گرم گرم گیاه خشك را دریك لیتر الکل ۴۵درجه به‌مدت ۱۰ روز بخیسانید ومرتباً آن را تکان دهید. آن‌را صاف‌کنید وبه‌آن شکر یا شربت اضافه‌کنید تا مزه پیدا کند). بندرت به شکل تیزان مصرف می‌شود (۱-۲ قاشق غذاخوری از گیاه را در یـك لیتـر آب داغ ریخته و بگذارید دم بکشد) موارد مصرف اصلی آن عبارت است از: بی‌اشتهایی، دیرهضمی،نفخ، اسهال وبندرت سرفه.

Wild Chamomile

بابونه‌گاوی،

(*Matricaria recutita* L. = *M. chamomilla* auct., Compositae), German Chamomile, Single Chamomile. Matricaria.

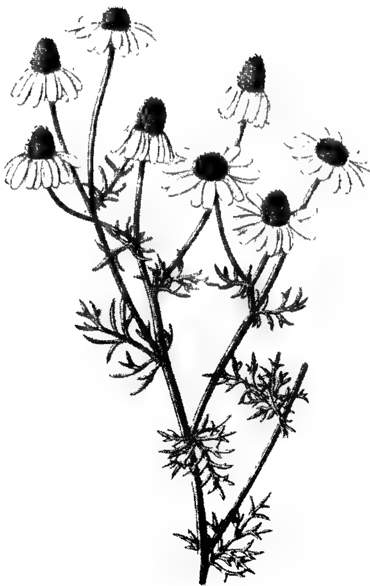
بابونه .

شرح : گیاهی است یکساله که تا ارتفاع ۶۰ سانتی‌متری می‌رسد. ساقهٔ آن مستقیم و منشعب است. برگها ۲ـ۳ شانه‌ای ، بخش های نهایی سوزنی شکل و کم وبیش بی‌کرک. کاپیتول که به ساقهٔ نازکی متصل است به قطر ۱ تا ۱/۵ سانتی‌متر ویك ردیف گلهای زبانه دار سفید رنگ دارد. در مرکز آن گلهای لوله‌ای متعدد وزرد رنگ برروی یك نهنج مخروطی کاملاً مشخص قرار گرفته‌اند. زمان گل دادن اردیبهشت تا شهریور ماه است

قسمت مورد استفاده : گلهای خشك شده وبندرت گیاه گلدار.

زیستگاه وگردآوری: درمزارع وزمین‌های بایرجنوب اروپا بسیار فراوان است و به عنوان یك گیاه زینتی نیز کاشته می‌شود . بومی انگلستان وویلز است وبه‌طور محلی‌در ویلزو انگلستان کشت شده ویا در زمین‌های بایر می‌روید. گاهی باکاشت دانه‌های آن در اواخر پاییز (سرما به رویش آن کمك می کند) ویا در اوایل بهار کشت می‌شود . گیاه را هنگامی که کاپیتول آن کاملاً باز شده است چیده ودرسایه در گرمای کمتراز ۳۵ درجهٔ سانتی گراد خشك می کنند. کشت تجارتی آن فقط هنگامی که نیروی کار ارزان در دسترس است، ازنظر اقتصادی ممکن است .

ایران: این گیاه دربعضی‌ازنواحی‌شمالی ایران ونیز درشوشتر می‌روید. بابونه وحشی بیشتربه عنوان ضد التهاب و گندزدا مصرف می‌شود . خاصیت ضد اسپاسم ومعرق‌ملایم‌هم دارد .



ترکیبات و اثر: اسانس فرار، موسیلاژ ویك ماده ضد اسپاسم.

مصرف: ازراه خوراکی معمولاً به شکل تیزان به‌کارمی‌رود (یك قاشق غذا خوری از از گیاه را در یك لیتر آب سرد بریزید ، حرارت ندهید) برای اختلالات معدی همراه با درد، دیر هضمی، اسهال وتهوع و بندرت برای التهاب مجاری‌ادرار وقاعدگی دردناك (که زیاد هم مؤثرنیست) مصرف می‌شود. ازراه خارجی دم کرده آن به شکل کمپرس مصرف می‌شود. می‌توان گردگیاه را برروی زخمهای دیرالتیام پذیر، بثورات پوستی و وعفونتهایی نظیرجوش، کورك، تبخال پاشید همچنین برای بواسیر والتهاب‌های دهان ، گلووچشمها مصرف می‌شود .

Chamomile

بابونه رومی

(*Chamaemelum nobile* (L.) All. = *Anthemis nobilis* L., Compositae), Roman Chamomile, Double Chamomile, Anthemis.

بابونه



شرح: دونوع بابونه رومی وجود دارد: یکی که کاپیتول آن دارای دونوع گل است که فقط از گیاه پرورش یافته بدست می‌آید و گیاه شناسان آن را مصرف می‌کنند. دیگری کاپیتول آن یك نوع گل دارد و وحشی است وبرای درمان خانگی مصرف می‌شود. بابونه رومی گیاهی است پایا (برخلاف بابونه گاوی) با ریشهٔ خزنده و شاخه‌های کوتاه. ساقه‌های مستقیم آن منشعب است وبرگهایی شبیه بابونه‌گاوی دارد. کاپیتول آن که برروی دم‌گل ضخیمی قرار گرفته است تقریباً بطور کامل ازگلهای زبانه‌ای سفید یا سفید مایل به زرد تشکیل یافته است. گلهای لوله‌ای کوچك زرد رنگ ممکن است به تعداد کم در مرکز کاپیتول وجود داشته باشد و یا اصلاً نباشد تمام قسمتهای گیاه یك بوی بسیار معطر و تلخ دارد.

قسمت مورد استفاده: کاپیتول خشك شده. زمان گل دادن: خرداد تا شهریور

زیستگاه وکشت: این گیاه بومی جنوب اروپا است و بطور محلی در بریتانیا یافت می‌شود نوعی که دارای دوگل است معمولاً به حالت وحشی وجود ندارد و معمولاً با تکثیر غیر جنسی از ریشهٔ گیاه بدست می‌آید (تکثیر آن توسط دانه معمولاً گیاهان زیادی باکاپیتول دارای یك گل بدست می‌دهد). گیاه را در فواصل ۲۰×۲۰ سانتی‌متری در خاك سبك می‌کارند. خاك سنگین ومرطوب رشدگیاه را به تأخیرمی‌اندازد. گلها را در روزهای خشك از اواسط تیر تا پاییز می‌چینند (اگر هوا مرطوب باشد رنگ گلها خاکستری می‌شود) گلها را هرچه سریعتر درسایه در حرارتی کمتر از ۳۵ درجهٔ سانتی گراد خشك می‌کنند. استفاده ازریشه پس ازسه سال بایدازنوشود بازدهٔ آن ۵–۱۴ کیلوگرم از هرصد مترمربع است.

ایران: این گیاه در ایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر: اسانس فرارومواد تلخ. اثرآن همانند بابونه گاوی است. خاصیت ضد التهاب، آنتی‌سپتیك، ضد اسپاسم وبهبود دهنده اشتها دارد. مصرف مقدار زیاد آن استفراغ وسرگیجه می‌آورد.

مصرف: همانند بابونه گاوی است. برای تسکین درد های قاعدگی ارزشمند است.

Tansy

کاسنی بری

(*Tanacetum vulgare*, L., Compositae)



شرح : گیاهی است زیباوپایا باریزومی کوتاه‌که چندین ساقه به ارتفاع بیش ازیك سانتی‌متر ازآن بیرون مـی‌آید. برگهای آن کرکدار با ۱ـ۲ شانه، و حاشیهٔ بـرگچه‌ها دندانه‌دار است، کاپیتول آن‌که به‌شکل چتر تقریباً مسطح است به رنگ زرد طلایی است و یك سانتی‌متر قطردارد. گلهای‌کاپیتول همگی لوله‌ای وکوتاه است. زمان گل دادن بین‌خردادتا مرداد است. تمام بخش‌های گیاه بوی معطرشدید دارد .

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده وغالباًکاپیتول خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در کنار جاده‌ها، زمین‌های بایر وکنار رودخانه ها در سراسر اروپای مرکزی می‌روید. در بریتانیا فراوان است. هنگامی‌که گلداراست گردآوری شده درسایه‌ودرگرمای‌کمتراز۳۵درجهٔسانتی‌گراد می‌روید.

ایران: این‌گیاه در ایران‌نمی‌روید.

ترکیبات واثر: بیشتر یك اسانس فرار داردکه مقدارزیادی‌ازآن راماده‌ای‌سمی به‌نام توژون thujone تشکیل‌می‌دهد. به‌عنوان دافع کرم(کرمهای‌گردونخی) مصرف‌می‌شود. این گیاه جریان خون‌راتحریك‌کرده‌وبه‌اندامهای داخل شکم می‌رساند. مصرف مقدار زیادآن سبب سرگیجه، تشنج و دردقفسه سینه‌می‌شود وممکن است مهلك باشد. این‌گیاه حاوی یك ماده تلخ است.

مصرف: بعضی‌ازگونه‌های این‌گیاه‌بسیار سمی‌تر ازبقیه است وآنها را از روی شکل ظاهر نمـی‌توان تشخیص داد . این‌گیاه را به عنوان دارو ، به ویژه در دوران آبستنی ، نباید مصرف کـرد زیرا داروهای ضدکـرم مؤثرتروکم خطرتر دیگری هم وجوددارد.

افسنتین، Wormwood

افسنتین کبیر، (*Artemisia absinthum* L., Compositae), Absinthe.



شرح : گیاهی است با ریشه‌ای چوبین، شاخه‌های گلدار آن گاهی تا یك متر هم‌می‌رسد. بسیار پر برگ وکرك است، برگ‌های پایینی گیاه دارای سه بریدگی و شانه‌ای‌است،اما برگهای بالایی بریدگی‌های کمتری دارند . هرشانه نیزه‌ای شکل‌است وازتارهای ابریشمی پوشیده شده است. کاپیتول آن کروی و به قطر ۳ـ۴ میلی‌متر است وبرگه‌های گریبان آن‌چروکیده و خاکستری مایل به سبز است. گل‌ها بسیار کوچك وزردرنگ است .

قسمت مورداستفاده : برگ وسرشاخه ـ های گلدار.

زیستگاه،کشت‌وگردآوری: درزمینهای بایر، بر روی دیوارهاوصخره‌های خشك درسراسر اروپای مرکزی به ویژه‌درمناطق گرم می‌روید. دربریتانیا هم دیده مـی‌شود . یك گیاه زینتی معمولی است. باکاشتن‌دانه‌درفواصل ۴۰ × ۳۰ سانتی‌متری در خاك سبك تکثیر می‌شود. گیاه گلدار را بین تیرتاشهریور جمع‌آوری‌کرده ودرسایه‌خشك می کنند. می توان بین۴ـ۱۰ سال همه‌ساله‌سرشاخه های گیاه‌راچیده‌وجمع‌آوری کرد بازدهٔ آن ۲۵ـ۵۵ گیلوگرم از هرصد مترمربع است.

ایران : در اطـراف دماوند، آستارا و سواحل دریای خزر می‌روید.

ترکیبات واثر: دارای‌موادتلخ‌واسانس فرار‌است که هردو بـه طرز قابل ملاحظه‌ای ترشحات معده‌را تحریك کرده وبرای‌افزایش اشتها مصرف می‌شوند. اسانس فراربه مقدار زیاد یك‌ماده سمی شدید است‌وسبب‌سر گیجه، تشنج، مسمومیت وهذیان ونیز افزایش شدید جریان خون به احشاء داخلی شکم می‌شود . مصرف مداوم آن منجربه اختلالات روانی و دیوانگی می‌شود .

مصرف: انفوزیون (۱ـ۲ قاشق مربا ـ خوری‌ازگیاه‌خوردشده‌را دریك لیترآب سرد بریزید ـ آن‌را نجوشانید) برای بی‌اشتهایی، کندگواری وکولیك شکمی مفید است. بـه همین منظورگرد این گیاه را می‌توان به شکل کاشه دارویی یا مربا (تقریباً یك گرم، سه بار در روز) مصرف‌کرد. گاهی‌به عنوان ضدکرم از آن استفاده می‌شود ولی به علت این کـه مقدار زیادی ازآن‌لازم است خطرناك است. در دوران آبستنی بایدبا احتیاط مصرف‌شود.

White Mugwort

(*Artemisia multellina* Vill., *Artemisia genipi* Web., Compositae)



شرح: بوته‌یا گیاه کوچکی است که‌ریزوم کوتاه‌وکشیده‌ای دارد وبرروی آن‌پاجوش‌های گلدار و برگهای کوچك به شکل طوقی قرار گرفته‌اند . برگها به طول ۱ـ۴ سانتی‌متر، باریك، خاکستری مایل بـه نقره‌ای و کرکدار است و مانند انگشتان دست‌تقسیم‌بندی شده است. هربخش آن نیز نیزه‌ای یا تقریباً سوزنی شکل است. ساقهٔ گلدار ساده و به‌ارتفاع ۵-۲۰ سانتی‌متراست. غالباً به‌رنگ قرمزمایل به‌قهوه‌ای، برگدار ودارای‌کاپیتول تخم مرغی شکـل است . قطـر هـر کاپیتول ۷-۱۵ میلی‌متر است و هـر یك دارای ۷-۱۵ گلچه کوچك زردرنگ است. زمان‌گل دادن بین تیرتا شهریوراست. گونه‌های‌کوهستانی دیگـر مانند A. glacialis نیز مصـرف می‌شود .

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشك شده .

زیستگاه و گردآوری : معـمـولاً در بین ۲۲۰۰ و ۳۲۰۰ متری بین سنگهـا و وصخره‌ها می‌روید. درسایه خشك می‌شود. از دانه‌های گیاه وحشی کشت می‌شود و در سال دوم برداشت‌می‌شود. دربریتانیا یافت می‌شود

ترکیبات واثر : اسانس‌فرارومواد تلخ دارد. اثر آن شبیه افسنتین است. تلخی کمتری ازآن‌داردو بنابراین تأثیرش‌نیز کمتر است. ترشحات معده را تحریك می‌کند.

مصرف: درپزشکی‌می‌توان‌از افسنتین به جای آن استفاده کـردکه برای‌کندگواری و اختلالات معده بهتر است. اصولاً نبایدازآن به عنوان یك دارو استفاده‌کرد. مگردرمناطقی که فراوان است.

Mugwort

برنجاسف،

(*Artemisia vulgaris* L., Compositae), Felon Herb

درمنه ،



شرح : گیاهی است پایا بدون ساقهٔ زیرزمینی، ساقه‌های آن که تا ۲ متر ارتفاع پیدا می‌کند محکم، زاویه‌دار و غالباً کمی سرخ رنگ است. برگهای آن شانه‌ای است. سطح بالایی سبز تیره رنگ با تارهای کم یا بدون تار وسطح پایینی آن سفیدرنگ با تارهای فراوان است.

کاپیتول‌های آن درگروههایی به شکل خوشهٔ افشان قرار گرفته است. کاپیتول‌های کوچک، تخم مرغی یا دراز آن بـه طول ۴ میلی‌متر دارای گل‌های لوله‌ای کوچك زرد یا قرمز فراوان است.

قسمت مورد استفاده: پاجوش هـای گلدار یا برگ خشك شده.

زیستگاه، کشت وگردآوری: در خاك ـ های غنی ازازت، درمکانهای بـایر، درکنار نهرها ورودخانه‌ها ونزدیك اصطبل‌ها می‌روید دربریتانیا وبیشترمناطق اروپا می‌روید. آن‌را می‌توان ازراه کشت دانه‌ها یا با تولید مثل غیرجنسی (قلمه زدن، ریشه‌دوانندن، خواباندن) در فواصل ۴۰ × ۴۰ سانتی‌متری تکثیر کرد. پس از سال دوم گیـاه مصرف دارویی پیدا می‌کند. درسایه آن‌را خشك می‌کنند. بازدهٔ آن ۱۵ــ۳۰ کیلوگرم درهرصد مترمربع است.

ایران: درنواحی شمالی وغربی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: مقدارکمی اسانس فرار ومواد تلخ دارد. گوارش را تحریك کرده و بـه قاعدگی کمك می‌کند. مصرف مقدار زیاد وطولانی آن بدون خطر نیست وممکن است به دستگاه اعصاب آسیب برساند.

مصرف: معمولاً به شکل تیزان (۱ــ۲ قـاشق غذاخوری از گیاه خورد شده را در نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید بمانـد) برای دفع بی‌اشتهایی، ضعف گوارش وقاعدگی نامنظم به‌کارمی‌رود.

Coltsfoot

پای خر

(*Tussilago farfara* L., Compositae), Coughwort, Horsehoof, Foal's Foot, Ass's Foot, Bull's Foot.



شرح: گیاهی پایا است که گاهی به‌علت وجود ساقه‌های زیرزمینی که بسرعت رشد می‌کنند درمنطقهٔ وسیعی پراکندگی دارد. پاجوش‌های گلدارآن تا ۲۰ سانتی متر ارتفاع دارد و از برگهای فلس‌دار خطی کوچك وارغوانی پوشیده شده‌است. کاپیتول آن ۱/۵ سانتی‌متر قطردارد ودارای گل‌های زبانه‌دار متعدد به رنگ زرد طلایی است. برگهای طوقی‌قاعده آن قلبی شکل‌کروی است وهرلوب‌آن به‌یك رأس منتهی می‌شود. حاشیهٔ برگها دندانه‌دار است. سطح بالایی برگها سبز تیره با تارهای کم وسطح پایینی به علت تارهای فراوان سبزمایل به‌سفید است. زمان گل‌دادن اسفند تا فروردین‌است.

قسمت مورد استفاده: معمولاً سرشاخه‌های گلدارخشك شده وبندرت برگهای خشك شده.

زیستگاه و گردآوری: برروی خاك‌های شنی ورسی به ویژه درمناطق بایر، در گودالها، درکنارنهرهاودریاچه‌ها، درسواحل سراسراروپا، شمال‌اروپا و بوفود دربریتانیا می‌روید. گلها دراوایل فروردین وبرگها در اردیبهشت وخرداد گردآوری می‌شوند. گلها را درسایه خشك می‌کنند، برگها را می‌توان درآفتاب هم خشك‌کرد.

ایران: دربیشتر نواحی ایران ازجمله شمیرانات، راه چالوس ودامنه‌های مرطوب کندوان می‌روید.

ترکیبات و اثر: گلهادارای مقدارکمی اسانس فرار، موسیلاژوتانن‌است. برگها فاقد اسانس فرارند اماتانن وموسیلاژ دارند. هر-دوقسمت گیاه معمولاً خاصیت ضد التهابی ملایمی دارد و برای سرفه‌های مداوم مصرف می‌شود. اخیراً خاصیت ضداسپاسم آنهاکشف‌شده است. ازراه خارج پای خربرای التیام‌زخم‌ها مصرف می‌شود.

مصرف: از هردوقسمت گیاه به شکل تیزان (یك لیترآب سرد را روی ۱–۲ قاشق غذاخوری‌آن ریخته به‌نقطه جوش برسانید و سپس بگذارید بماند) برای سرماخوردگی و برونشیت‌استفاده می‌شود. بندرت برای درمان بثورات جلدی مصرف می‌شود (اثرآن بسیار ضعیف است) از راه خارج به شکل لوسیون مصرف می‌شود یا برگهای له شده‌آن راروی زخمهای دیرالتیام می‌مالند).

Butterbur

(*Petasites hybridus* (L.) G.M Sch., *Petasites vulgaris* Desf., Compositae), Bog Rhubarb Butter-Dock.



شرح: گیاهی است پایا و دوپایه با برگهای گرد، قلوه‌ای شکل یا قلبی شکل با دندانه‌های عمیق (به درازای یك متر وپهنای ۳۵ ـ ۶۰ سانتی متر) سطح زیرین برگ خاکستری رنگ است وتارهای فراوانی دارد. ریزوم آن کوتاه وستبراست. کاپیتول‌های آن صورتی یاارغوانی تیره‌رنگ است وبه‌شکل گل آذین خوشه‌ای قرارگرفته‌اند.

قسمت مورد استفاده: ریزوم‌خشك‌شده وبرگهای خشك شده.

زیستگاه وگردآوری: در اروپا در مرغزارهای مرطوب، گودالها ودرکنار رود-خانه‌ها می‌رویند. گیاه نر درسراسر بریتانیا فراوان است. گیاه ماده درشمال بریتانیا می-روید ولی در نواحی دیگر این کشور کمیاب است. ریزوم‌های آن را درتابستان گردآوری کرده ودرسایه یاآفتاب می‌خشکانند.

ایران: درگرگان و بندرگز می‌روید.

ترکیبات واثر: موسیلاژواسانس‌فرار، دوماده ضد اسپاسم به‌نام پتاسیتین وپتاسین-S

مصرف: درطب خانگی برگهای تازهٔ آن ازراه‌خارج برای پانسمان‌زخم‌وازراه‌خوراکی به عنوان مدر وعرق‌آورمصرف می‌شود. ریشهٔ آن بیشتر درطب هومئوپاتی برای سردرد و دردهای گردن مصرف می‌شود. برای درمان سرفه وتحریکات دستگاه ادراری نیز مصرف می‌شود.

Dwarf Thistle

(*Carlina acaulis* L., Compositae), Ground Thistle

شرح: گیاهی است پایا با ریشه‌قهوه‌ای مایل به سیاه‌که تا ۲۰ سانتی‌متر درازا و ۱-۲/۵ سانتی‌مترضخامت پیدامی‌کند. برگها به شکل یك طوقی به طول ۵-۱۵ سانتی‌متر طول، نیزه‌ای شکل با بریدگیهای عمیق وقسمت‌های نابرابر که هرقسمت منتهی به‌یك خار سخت می‌شود. کاپیتول آن که ۶-۱۲ سانتی‌متر قطر دارد بلافاصله برروی برگها قرارگرفته است. بندرت کاپیتول برروی یك دم‌گل به‌طول ۲۰ سانتی‌متر قرار می‌گیرد. برگه‌های گریبان‌سخت، نقره‌ای رنگ‌ونیزه‌ای شکل است و غالباً در نظر افراد غیرمتخصص گلبرگ محسوب می‌شود. در مرکزکاپیتول گل های زبانه‌ای متعددی به رنگ سفید یا مایل به‌زرد وجود دارد. زمان‌گل دادن‌بین‌تیر تا شهریور است.

قسمت موردِاستفاده : ریشهٔ خشك‌شده.

زیستگاه وگردآوری : در کوههای آلپ تا ارتفاع ۲۸۰۰ متری وددمراتع فقیر می‌روید. ریشه آن را درپاییز یا بهار ازخاك بیرون می‌آورند و پس از شستشو در سایه یا آفتاب خشك می‌کنند.



ترکیبات و اثر: ریشهٔ این گیاه حاوی اسانس‌های فراروپك رزین است‌خاصیت‌مدر وآنتی بیوتیکی دارد.

مصرف: فقط گاهی به شکل تیزان (آب سرد را روی ۱-۲ قاشق غذا خوری از گیاه خورده شده بریزید و آن را به نقطه جوش برسانید) و یا پودر (روزی ۲-۴ نوك قاشق را در آب بریزید).

Marigold

گل همیشه بهار

(*Calendula officinalis* L., Compositae), Calendula, Garden Marigold, Pot Marigold.



شرح : گیاهی است یك ساله بندرت دوساله باساقهٔ منشعب وسفت. برگهای پایینی گیاه‌قاشقی‌شکل وبرگهای بالایی بیشتر به‌شکل نیزه‌ای یا بیضوی به طول ۵–۱۲ سانتی متر وکم وبیش در هر دو طرف کرکدار است . کاپیتول‌های آن بزرك وبه قطر ۳-۵ سانتی‌متر است. گل‌های وسط کاپیتول لوله‌ای است که دورتا دورآن چندین ردیف گل زبانی قرار گرفته است. گاهی تمام گل‌ها زبانه‌ای است وگل لوله‌ای ندارد. گل‌ها زردکم رنگ یا پر رنگ ویا نارنجی رنگ است. زمان گل‌دادن خرداد تا شهریور است.

قسمت مورد استفاده: گل‌های لوله‌ای و زبانه‌ای بدون برگه‌های گریبان یا تمامی سرشاخه‌های گلدار وبندرت تمام گیاه گلدار .

زیستگاه وکشت: بومی منطقهٔ مدیترانه است اما اکنون به‌شکل‌وحشی یافت‌نمی‌شود، غالباً به‌عنوان گیاه زینتی‌کاشته می‌شود. نوعی که هر دوگل را دارد جهت مصارف دارویی باکاشتن دانه‌های آن در ردیف‌هایی به‌فاصله ۳۵ سانتی‌متر از همدیگر به دست می‌آید. کاپیتول‌های‌آن را هنگامی که‌کاملاً بازشده‌اند گردآوری‌کرده ودرسایه درحرارتی‌کمتر از ۳۵ درجه سانتی گراد خشك می کنند .

ایران : درنواحی غربی ایران، جنوب غربی ومسجد سلیمان می‌روید.

ترکیبات واثر: حاوی مقدار کمی اسانس‌های‌فرار، رزین‌یك‌مادهٔ تلخ‌وساپونین‌ـ هاست. اثرآنها کاملا شناخته شده نیست ولی به ترشح صفرا کمك می‌کنند، اثرآنها برروی قاعدگی مورد تردید است . التیام زخمها را تسریع می بخشد.

مصرف: ازراه خوراکی به‌شکل تیزان (۱–۲ قاشق مرباخوری از گیاه را درنیم لیتر آب سرد بخیسانید) برای یرقان و افزایش ترشح جریان‌صفرا وکمك به قاعدگی مصرف می‌شود. ازراه خارج تیزان یا تنطور (یك قاشق غذاخوری از تنطور دریك فنجان آب) برروی زخمها مالیده می‌شود.

همیشه بهار کوهی

Arnica

(*Arnica montana* L., Compositae)

تنباکوی هندی



شرح : گیاهی است باریزوم خزنده که درسال اول یك طوقی قاعده‌ای با ۴ ــ ۸ برگ متقابل تخم مرغی شکل به رنگ سبز مایل به زرد، کرکدار، به‌طول ۴ــ۷سانتی‌متر ایجاد می‌کند درسال دوم یك ساقه گلدار به طول۳۰ــ۶۰ سانتی متر با ۲ــ۶برگ متقابل پیدامی‌کند (بیشتر گونه‌های دیگراین‌خانواده که همیشه بهار کوهی ممکن است با آنها اشتباه شود دارای برگهای متناوب هستند). کاپیتول پرگل وزرد طلایی رنگ آن در ماههای خرداد تامرداد بازمی‌شود.

قسمت مورد استفاده: گل‌های جدا شده از گریبان (شکل دارویی رسمی) ویا تمام سرشاخه‌های گلدار تازه‌ویاخشك‌شده. بندرت از ریزوم استوانه‌ای آن نیز استفاده می‌شود.

زیستگاه وگرد آوری : بیشتر درکوه‌های آلپ در ارتفاع ۱۰۰۰ تا۲۸۰۰ متری به‌ویژه درخاکهای گیاهدار می‌روید. به‌حالت وحشی دربریتانیا دیده می‌شود. سرشاخه‌های گلدار را هنگامی‌که گل دارند گردآوری کرده و هرچه سریعتر درگرمای‌کمتر از ۳۵ درجه سانتی گراد خشك‌می کنند. ریزوم‌درپاییز خشك‌می‌شود. این گیاه جزو گیاهان‌حفاظت‌شده سوئیس است .

ایران : درایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر : اسانس‌های‌فرارحاوی ترکیبات پلی‌استیلنی، فلاون‌ها و موادی که برروی دستگاه‌گردش خون اثر می‌کنند ولی هنوز مشخص نشده‌اند. ازراه‌خارج برای‌درمان کوفتگی‌ها مصرف می‌شود زیرا سرخ کننده‌و محرك پوست است. از راه خوراکی محرك دستگاه گوارش و کلیه‌هاست (مدر). ترشح کیسه صفرا را افزایش داده وبرروی فشار خون اثرمی گذارد. ابتدا آن‌را پایین آورده وسپس بالامی‌برد. مصرف مقدارزیادآن‌ممکن است سمی باشد.

مصرف: به شکل تنطور (یك‌قاشق غذا خوری ازتنطور دریك چهارم لیترآب) در کمپرس‌ها برای‌کوفتگی‌ها، التهاب‌ها و در- رفتگی‌ها ونیز به‌شکل غرغره برای‌التهاب‌های دهان وگلو(۲۰قطره تنطور دریك‌لیوان‌آب) مصرف می‌شود. ازراه خوراکی به‌علت‌سمیت باید با دقت بسیار زیاد مصرف شود.

بابا آدم

Burdock

آراقیطون

(*Arctium lappa* L.=Great Burdock and *Arctium minus* Bernh.=Lesser Burdock, Compositae), Lappa, Thorny Burr, Beggar's Buttons.



شرح : گیاهی است زیبا، دو ساله تا ارتفاع ۲ متر که درسال اول برگهای آن به شکل طوقی قاعده‌ای است و درسال دوم محور گلدار آن خارج می‌شود. ریشه‌های آن به ضخامت ۵ سانتی‌متر وطول بیش از یك‌متر به طور عمودی در خاك می‌روید . برگهای آن بزرگ، تخم مرغی ودمبرگ‌دار است و حاشیه دندانه‌دار یا موجداردارد. گلهای آن سرخ است ودرکاپیتولی به قطر ۲-۵ سانتی‌متر قرارگرفته وهربرگه‌گریبان به یك رأس‌دراز وقلاب مانند منتهی می‌شود.

قسمت مورد استفاده : ریشهٔ خشك یا تازه وبندرت برگها ومیوه‌گیاه

زیستگاه وگردآوری : درکنارجاده‌ها وزمینهای بایر درسراسر بریتانیا و اروپا می‌روید. با کشت دانه‌های آن در فواصل ۵۰ سانتی‌متری تکثیرمی‌شود. گیاه یك ساله را در پاییز وگیاه دوساله را در بهار گردآوری می‌کنند. ریشه‌هارا ازطول می‌برند ودرکمتر از ۷۰ درجه سانتی‌گراد خشك می‌کنند.

ایران : درمازندران، گیلان، آذربایجان همدان ، کرمان ، خراسان و اطراف تهران می‌روید .

ترکیبات واثر : بابا آدم‌دارای مقدار کمی اسانس‌های فرار، رزین و چندین ماده آنتی بیوتیکی است . این گیاه مدر است و مقاومت بدن‌را دربرابرعفونت‌هاز یادمی‌کنند. گفته می‌شودکه رشد مو را تقویت می‌کند . (دلیلی وجود ندارد) .

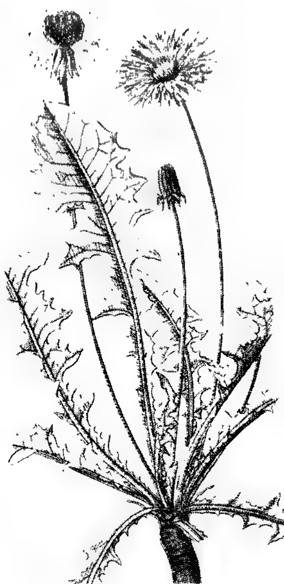
مصرف: معمولا به شکل عصاره یا جوشانده (۲-۳ قاشق غذاخوری ازگیاه‌کاملا خرد شده را به مدت ده دقیقه در نیم لیترآب بجوشانید) ویاگرد (یك قاشق غذا خوری‌در آب روزی سه بار) برای چرك‌ها و دانه‌های پوستی مصرف می‌شود .

Dandelion

کاسنی زرد،

(*Taraxacum palustre* (Lyons) D.C., s.l.= Narrow-leaved Marsh Dandelion and *Taraxacum officinale* Weber, s.l.= Common Dandelion, Compositae), *Taraxacum dens-leonis*, Desf.

گل قاصد



شرح : این گیاه به‌شکلهای بسیار متنوعی وجود دارد وبنابراین رده‌بندی آن کار بسیار مشکلی است. تاکنون این گونه‌های مختلف از نظر خواص دارویی آزمایش نشده‌اند. این گیاه ریشه‌ای قهوه‌ای مایل به سیاه به طول چندین سانتی‌متر ساده و گاهی منشعب دارد. برگها به طول ۵–۲۵ سانتی‌متر نیزه‌ای، گوناگون، نامنظم و کم و بیش دارای برگهای عمیق و کرکدار گلهای زرد رنگ آن برروی یك دمگل توخالی قرار دارد و تمام گلهاز بانه‌ای است.

قسمت مورد استفاده: ریشهٔ خشك شده ونیز تمام گیاه ازجمله ریشه. دربهار از گیاه جوان استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری : درکشت زارـ ها، کنار جاده‌ها وزمین‌های بایر می‌روید . گونه‌های مختلف آن دربریتانیا وسراسر اروپا می‌روید . بهترین زمان گرد آوری تقریبا نامشخص است. ریشهٔ گیاه درماههای خرداد تاتیر بیش‌ازهرزمان دیگری تلخ‌است. برطبق بعضی‌ازفارماکوپه‌ها گیاه‌را باید در پاییز گردـ آوری کرد. پیش‌ازخشك کردن ریشه‌های بزرگ درسایه یاآفتاب بایدآن را ازطول برید.

ایران: این گیاه درایران نمی‌روید.

ترکیبات واثر : برروی موادفعال آن هنوز هم به‌طورکامل مطالعه نشده است. ریشهٔ آن دارای مقدارزیادی‌شیرابه واینولین‌است. این گیاه غده‌های گوارشی به‌ویژه لوزالمعده ومجاری صفراوی راتحریك می‌کند. خاصیت ضعیف مسهلی ومدری هم دارد .

مصرف: شیرهٔ حاصل ازریشهٔ تازه گیاه یا جوشانده قطعات ریز و خشك شده ریشه گیاه (۱-۲ قاشق غذاخوری را درنیم لیتر آب سرد به مدت ۲ ساعت خیسانیده به نقطه‌جوش می‌رسانند ومی گذارند بماند) برای تحریك ترشح صفرا خورده می‌شود .

Holy Thistle

خارمقدس

(*Cnicus benedictus* L., Compositae), Blessed Thistle



شرح : گیاهی است یك ساله ، محکم با ساقهٔ منشعب وپنج وجهی تا ارتفاع ۷۵ سانتی‌متر. برگهادراز،نیزه‌ای باحاشیهٔ دندانه‌دار که هردندانه به خارمنتهی می‌شود. برگها موجدار به رنگ سبز تیره که در هردوطرف، تارهای درازی دارد. گلهای آن زرد رنگ‌و کم وبیش بین برگه‌های گریبان پنهان است. رأس برگه خاردار است و مانند یك قلاب برگشته است. زمان گل دادن بین اردیبهشت و شهریور است .

قسمت مورد استفاده : گیاه گلدار خشك شده وبندرت گیاه تازه.

زیستگاه وگردآوری : بومی مناطق مدیترانه است و به بریتانیا آورده شده است به عنوان یك گیاه دارویی درچندین کشور اروپایی کشت می‌شود. دانه‌های آن را در ردیف‌هایی به فاصله ۳۰ سانتی‌متر ازهمدیگر درخاکی که خوب کودداده‌شده‌است‌می‌کارند. گیاه را هنگامی که گلدار است گردآوری کرده و در سایه خشك می‌کنند. بازدهٔ آن ۲۵ تا ۶۰ کیلوگرم گیاه خشك ازهرصد متر مربع است.

ایران : در آذربایجان ، مازندران ، نواحی مختلف البرز، اطراف تهران‌واستان‌های جنوبی کشور می‌روید.

ترکیبات واثر : این گیاه حاوی مقدار کمی‌اسانس‌فرارویك مادهٔ تلخ است. به‌مقدار کم به‌گوارش کمك می‌کند ولی به‌مقدارزیاد استفراغ آور است. گاهی به عنوان‌خلط‌آور مصرف می‌شود، اما این اثر آن مورد تردید است .

مصرف: برای‌تحریك‌اشتها به‌شکل‌تیزان (نیم‌لیترآب‌سرد داروی۱ـ۲ قاشق‌غذاخوری گیاه خردشده بریزیدومدت دو دقیقه‌حرارت دهید). ازاین‌گیاه نباید به‌عنوان مدرویا برای درمان برونشیت استفاده‌کرد. برای‌این منظور داروهای مؤثرتری وجود دارد .

اسفرزه (FLEAWORT)

(Plantago psyllium., Plantaginaceae), Clammy-Plantain.



شرح : اسفرزه (اسپرزه) گیاه علفـی، یك ساله وبـه ارتفاع ۱۰ـ۳۵ سانتی‌متر از تیره بارهنك است. برگهایی باریك ، دراز ، نوك تیز ومجتمع بـه شکل متقابل یا سه‌تایی برروی ساقـه دارد. گلهای آن‌که بـه وضع مجتمع درکناره برگهای قسمت انتهایی‌ساقه به‌شکل سنبله‌هایی‌واقع برروی پایهٔ بلندظاهر می‌گردد، دارای براکته‌های باریك درقاعده گل آذین است . میوه‌اش بـه شکل پوشینه ، شکوفا، دوخانه‌ای ومحتوی یك دانه کوچك لغزنده وبه رنگ قهوه‌ای درهرخـانه است. تحت نام اسفرزه، دانـه این گیاه مخلوط با دانـهٔ چند گـونـه مجـاور آن از جـملـه P, lanceolata مورد استفاده درمانی قرار می‌گیرد.

قسمت مورد استفاده: برگ و به ویژه دانهٔ آن برای مصارف پزشکی به‌کار می‌رود.

زیستگاه وگردآوری : این گیاه بـه حالت خودرو در نواحی وسیعی از اروپا و آسیا، نواحی مختلف مدیترانه، شمال آفریقا وجنوب غربی‌آسیامی‌روید. تکثیرآن به‌وسیلهٔ دانه ودر زمینهای شنی قابل نفوذ، شخم زده‌و عاری از علفهای هرزه انجام مـی گیرد . در مردادماه‌آن راجمع‌آوری می‌کنند ودانه‌های رسیده را ازشاخه‌های خشك جدا می‌کنند.

ایران : این‌گیاه در منطقه وسیعی از شمال ایران ، بین منجیل وپـاخیار ، مسجد سلیمان وبوشهرمی‌روید.

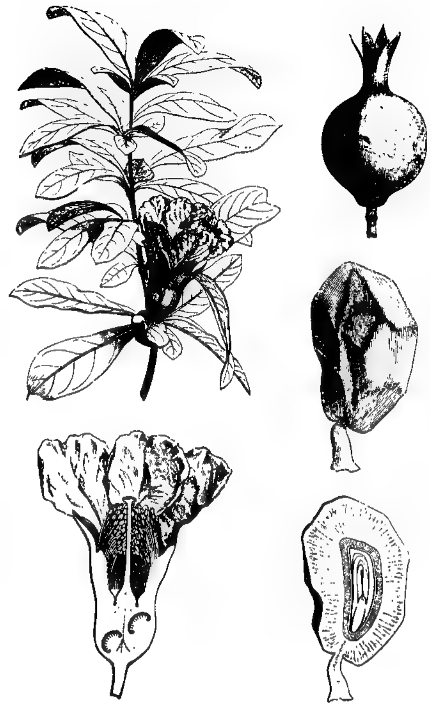
ترکیبات واثر: اسفـرزه دارای اسید گالیك وتانیك‌ونیز گلیکوزیدی به‌نام‌اوکوبین (Aucubine) در قسمتهای مختلف و مقدار فراوانی‌لعاب‌است به‌طوری‌که با قرارگرفتن دانه درآب پوستهٔ‌خارجی‌آن متورم می‌شود و پس ازپاره شدن لعاب آن خارج می‌گردد . دانه اسفرزه‌به‌خاطرداشتن لعاب‌اثرملین‌دارد. همچنین سبب‌التهاب پوست می‌شود.

مصرف: ازلعاب این‌گیاه (۶ـ۳۰ گرم اسفرزه راپس ازپاك نمودن، شب‌هنگام‌خیس نمایید و صبح ناشتا بنوشید) جهت مصارف ذکرشده‌ونیز برای‌رفع تورم‌چشم به‌شکل‌شستشو استفاده می‌شود . همچنین لعاب اسپرزه پخته به شکل ضماد برای التیام زخمها و آبسه‌ها به‌کارمی‌رود.

PUNICE APPLE   انار

(Punica granatum, Punicaceae or Granataceae), Pomegranate tree.

روبان



شرح: درختی است کوچك با ساقه‌ای ناهموار که از پوستی به‌رنگ مایل به سبز پوشیده شده‌است. شاخه‌های متعدد آن نامنظم و سرخ رنگ است و غالباً نیز در انتها به نوك تیز خار مانندی ختم می‌شود. برگهای آن متقابل، شفاف وگلهای آن درشت وشامل گلبرگهائی به رنگ سرخ مایل به ارغوانی است. از مشخصات این گیاه آنست که کاسه گوشتدار آن پس‌از تشکیل‌میوه نیز درقسمت انتهائی آن باقی می‌ماند ومقدار زیادی پرچم را درخود محفوظ نگه‌می‌دارد. میوه آن کروی است و پوستی ضخیم و قرمز رنگ یا نازك و ناهموار دارد. دانه‌های انار هریك دربخش آبدار و قرمز یا صورتی‌رنگ آن جای‌دارد.

قسمت مورد استفاده: از گل، برگ، پوست ریشه و ساقه جهت مصارف درمانی استفاده می‌شود.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه درمنطقه مدیترانه و غرب آسیا و شمال آفریقا یافت می‌شود.

ایران: درخت انار بطور پراکنده در نواحی مختلف ایران وجود دارد. درنواحی شمالی بویژه مازندران و نیز درآذربایجان، کردستان، یزد، ساوه و قزوین یافت می‌شود.

ترکیبات و اثر: پوست ریشه و ساقه‌این گیاه حاوی ۲۲ درصد تانن (digal-lic acid، panicotanic acid)ونیزچهار آلکالوئید پلیترین، ایزوپلیترین، متیل‌پلیترین و پزروپلیترین است که دو آلکالوئید اول خاصیت ضدکرم‌کدو دارد. بعلت داشتن تانن فراوان دارای اثر قابض نسبتاً قوی است.

مصرف: از دم‌کرده یا جوشانده گل انار برای رفع اسهالهای‌ساده، خونریزیهای‌ساده، ترشحات ساده مخاطی و ترشحات زنانگی استفاده می‌شود. از برگ آن به شکل دم‌کرده برای درمان‌کم اشتهایی‌استفاده می‌شود. آب انار دارای خواص مدر و نیز محرك ترشح کیسه صفرا است. برای استفاده از پوست انار جهت دفع کرم‌کدو مقدار ۶۰-۹۰ گرم پوست‌ریشه یاساقه‌آنرا به‌مدت یك شبانه‌روز در دو لیوان آب خیسانده و بتدریج آنرا حرارت داده تا حجم محلول به یك لیوان برسد و سپس آنرا می‌نوشند.

انجیر

(FIG)

(Ficus carica., Urticaceae), Common Fig tree.

شرح: درخت انجیر ساقه‌ای به‌ارتفاع ۳ـ۱۰ متروشاخه‌های منشعب وکم مقاومت دارد. برگهای آن دارای پهنکی لوبدار و منقسم به ۳ ـ ۵ تقسیم عمیق است. سطح برگهای آن ناصاف وخشن است. گلهای آن بردو نوع نر وماده واقع درجدارداخلی گل آذین گلابی شکل است. ازآمیزش این گلها، دانه‌های فراوان و ریزی در درون قسمت گوشتدارنهنج تشکیل می‌شود.

قسمت مورداستفاده: ازنظر درمانی از شیرابه درخت، برگ و میوه انجیر استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: درخت انجیر انواع فراوانی داردکه به تفاوت درنواحی مختلف کرهٔ زمین پراکندگی دارد. منشأ اصلی آن نواحی مختلف مدیترانه‌بوده‌است ولی‌امروزه دراغلب نواحی دنیا مانند آفریقای شمالی، سوریه، مصر،منطقه‌مدیترانه،آمریکای مرکزی، کالیفرنیا، مکزیك، شیلی، آسیای صغیر،ایران وغیره به‌حالت وحشی می‌روید.

ایران: درخت انجیر درغالب جنگلهای نواحی شمالی ایران و سواحل دریای خزر می‌روید. همچنین در آستارا، مازندران، آذربایجان، اصفهان، شیراز، کازرون، خوزستان‌وخراسان پراکندگی‌دارد.

ترکیبات واثر: دراعضاء این گیاه،شیرابه فراوان شیری‌رنگی شبیه به پاپایین باطعم‌تند و سوزاننده جریان دارد. ترکیب اصلی میوه انجیردکستروزاست‌وحدوده۵درصددکستروز دارد میوهٔ انجیر علاوه بر مصارف غذایی،



خاصیت ملین روده ونرم‌کننده سینه دارد ودر طب قدیم برای این منظورازآن استفاده می‌شده است. برگ پخته آن نیز اثر ملین دارد.

مصرف: میوهٔانجیریك ملین ومسهل ملایم است. در استعمال خارج، جوشانده انجیر خشك رابه‌نسبت پنجاه درهزار به‌شکل غرغره جهت رفع تحریکات گلو ودهان، ورم لثه و ورم مخاط دهان استعمال می‌کنند. با کوبیدهٔ میوهٔ آن ضمادی برای باز کردن سر دملها تهیه می‌کنند، ازاین خمیر درموارد سوختگی وسودا برای‌ایجاد تسکین درد ورفع ناراحتی استفاده می‌شود.

ازشیرهٔ ساقه انجیر برای ازمیان‌برداشتن زگیل‌استفاده می‌کنند. به‌این‌ترتیب که شیره‌را برروی زگیل می‌مالندکه زگیل ملتهب شده و پس ازمدتی می‌افتد.

انغوزه

STINKING ASSA
(Ferula assa Foetida, Umbeliferae).

قسمت مورد استفاده: از قاعده ریشه و ساقه آن شیره‌ای خارج می‌شود که آنرا انغوزه می‌نامند.

زیستگاه: این گیاه درنواحی بایر، زمین‌های ماسه‌ای خشك و آهکی گرم می‌روید، منشأ اصلی آن استپ‌های ایران و افغانستان است.

ایران: خراسان، بلوچستان و نواحی مختلف جنوب ایران اماکن اصلی رویش این گیاه است.

ترکیبات و اثر: نوع اشکی (مرغوب) این گیاه حاوی فرولیك اسید (ferulic acid) و اسانس فرار (α pinen و Terpen) است، مهمترین خاصیت درمانی آن اثر اسپاسمولیتیك، ضد آسم و قاعده‌آور است. انغوزه طعمی گس و بویی شبیه شیر دارد که علت آن وجود اسانسهای سولفوره است که دراثر اکسیداسیون تبدیل به‌سزکوئی ترپن می‌شود که بویی همانند بوی اسطوخودوس دارد.

مصرف: به‌علت داشتن بوی نامطبوع معمولاً از حب‌های حاوی ۲۰۰ میلی‌گرم گرد این گیاه به مقدار نیم تا دوگرم در روز مصرف می‌شود. همچنین ازعصاره الکلی آن به‌مقدار ۱–۴ گرم وهمچنین محلول ۲–۵ گرم آن همراه با سنبل‌الطیب به‌شکل تنقیه استفاده می‌شود.



شرح: انغوزه گیاهی است علفی با ریشه راست و نسبتاً ضخیم که در پنج سال اول ظاهری بوته مانند و برگهای چسبیده به‌سطح زمین دارد. پس ازاین مدت یك ساقه بالارونده ازآن خارج می‌شود که ارتفاع آن به ۱/۵–۲ متر می‌رسد و در انتها به یك گل آذین چتری ختم می‌شود. برگهای قاعده ساقه آن بزرگ، گوشتدار، بدون دمبرگ ومنقسم دندانه‌دار یا لوبدار است. میوه آن دو فندقه‌ای، قهوه‌ای رنگ و بیضوی است.

اوکالیپتوس

(EUCALYPTUS)

(Eucalyptus globoulus, Myrtaceae).



شرح: اوکالیپتوس یکی ازدرختان گلدار و زیباست که ارتفاع آن ممکن است به ۱۵۰ متر برسد. ازمشخصات این درخت مرتفع آن است که چوب سخت و بادوام آن پوسیدگی پیدا نمی کند. برگها درشاخه‌های جوان وضع متقابل، افقی و تقریباً بدون دمبرگ دارد و وشکل ظاهری آنها بیضوی درازومدور است درحالیکه دردرختان مسن هریك ازآنها به دمبرگی باریك به طول ۲ ـ۳ سانتی متر منتهی می‌شود. میوهٔ آن به شکل کپسولی است که بین ۳ـ۵ محفظه دارد. رنگ برگهای سبز پریده ومزهٔ آن کمی تلخ است.

قسمت مورد استفاده: قسمت دارویی این گیاه تنها برگهای آن به ویژه برگ درختان مسن است.

زیستگاه وکشت: اوکالیپتوس دربعضی از جنگلهای جزایر اقیانوسیه به‌حالت خودرو یافت می‌شود ودردیگر نواحی معتدل گرم و مرطوب کشت داده می‌شود.

ایران: این گیاه در ابتدای سده کنونی به‌ایران آورده شده ودرمازندران کاشته شده شده است.

ترکیبات واثر: مادهٔ مؤثر برگ این گیاه اسانسی به‌نام اوکالیپتول Eucalyptol است. علاوه براین یك ماده تلخ، تانن ومواد رزینی مختلف نیزدارد. دارای خواص قابض، تب بر وضد عفونی کننده است . همچنین به منظور تسهیل خروج اخلاط از سینه و رفع سرفه و سهولت خروج اخلاط ازسینه دربسیاری از شربتهای سینه از آن استفاده می‌شود. به‌علت‌داشتن دوخاصیت توأم قابض و ضدمیکروبی، اوکالیپتوس دربیماریهای مجاری ادرار وهمچنین برای شستشوی دستگاه تناسلی زنان به‌شکل دم کرده استعمال می‌شود.

همچنین از اسانس آن می‌توان جهت دفع شپش بدن والبسه استفاده کرد.

مصرف: ازتیزان این گیاه (۲۰ـ۵۰ گرم برگ اوکالیپتوس را دریك لیتر آب جوش دم کنید) روزانه به‌مقدار ۴ تا ۵ استکان برای مداوای بیماریهای دستگاه تنفس جهت تسهیل خروج اخلاط ورفع سرفه مصرف می‌شود. دراستعمال خارج به علت داشتن خاصیت ضد میکروبی وقابض به‌شکل لوسیون برای بهبود زخمها و شستشوی حفره‌های چرکی بدن مانند گوش و واژن به کار می‌رود.

به‌لیمو

(LEMON VERBENA)

(Lippia citriodora., Verbenaceae), Veveine.



شرح: به‌لیمو درختچه‌ای است به‌ارتفاع ۱/۵ تا ۲ متر. بـرگهای ساده، خشن، کامل، فراهم، مجتمع به‌تعداد ۳ تا ۴ تایی و به رنگ سبز روشن دارد. گلهای آن کوچك ودارای جامی است که ازخارج سفید وازداخل آبی مایل به‌بنفش است. مجموعهٔ گلهای آن نیز به شکل سنبله‌های متعدد درطرفین قسمت‌انتهایی محور ساقه به‌وضع زیبایی ظـاهر می‌گردد. میوه‌اش شفت مانند ومحتوی دو دانه است.

قسمت مورداستفاده: برگ تازه‌یاخشك.

زیستگاه و گردآوری: این گیـاه بومی آمریکای جنوبی، نواحی‌شیلی، پرو و آرژانتین است ولی‌امروزه به‌علت زیبایی‌وعطردلپذیری که دارد درغـالب نواحی دنیا پرورش می‌یابد. به‌وسیلهٔ قلمه زدن شاخه‌ها یاخوابانیدن درزمینهای مرطوب تکثیر می‌شود. سرشاخه‌های گلدار یابرگها رادرهوای آفتابی جمع می‌کنند (دروسط مردادماه) درآفتاب یا سایه می‌خشکانند.

ایران: این گیاه‌درایران‌پرورش می‌یابد.

ترکیبات واثر: بـرگ به لیمو حـاوی اسانسی‌است که ازسه ترکیب‌لیمونن، سیترال وژرانیول تشکیل شده‌است وتنهامـادهٔ مؤثرهٔ این گیاه‌است. اثرمقوی معده داردوازاین‌نظر باید آن‌را درردیف بهترین داروها قرارداد. همچنین برگ وسرشاخه‌های‌گلدارآن دارای خواص ضدتشنج، ضد نفخ روده وآرام‌بخش است.

مصرف: پنج تا ده گرم برگ این‌گیاه را درنیم لیترآب جوش دم می‌کنند وروزانه چند استکان‌آن‌رابرای مواردی‌که دربالاذکر گردید،مصرف می‌کنند. همچنین می‌توان یك قاشق چایخوری ازبرگ خشك آن را درنیم لیترآب جوش دم‌کرد وباکمی قند مانندچای آن را نوشید.

WOODY NIGHTSHADE

تاجریزی پیچ

(Solanum dulcamara, Solanaceae), Felon, Wort.

شرح: گیاهی است پایا، بالا رونده به ارتفاع ۱–۲ متر. برگهای آن متناوب بوده ولی شکل ظاهری آنها در قاعده شبیه قلب و درقسمتهای فوقانی آن منقسم به‌سه‌لوب‌مشخص است. دارای گلهای کوچك و بنفش رنگ با ظاهری مجتمع به شکل چتر است ودرفاصله ماههای خرداد تا شهریور بر روی گیاه ظاهر می‌شوند. میوه‌اش سته، بیضوی، قرمز رنگ (میوه رسیده) با دانه‌های کوچك است.

قسمت مورد استفاده: برگ وساقه.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه به‌حالت وحشی درحاشیه جنگلها وکنار رودخانه‌های غالب نقاط اروپای مرکزی وآفریقای‌شمالی می‌روید. معمولاً در اواخر پاییز ویا دربهار قبل از ظاهر شدن جوانه‌ها ساقه نسبتاً مسن آنرا پس‌از قطع‌کردن قطعه قطعه‌کرده وآنرا می‌خشکانند.

ایران: محل رویش این گیاه در آذربایجان، نواحی شمالی‌ایران وبلوچستان است.

ترکیبات و اثر: تاجریزی پیچ حاوی آلکالوئید سولانین (Solanin)، ساپونین و مواد تلخ‌است. دارای‌خاصیت مخدر(به‌خاطر وجود سولانین) است. از عصاره الکلی این گیاه در معالجه تبخال استفاده می‌شود. اثر ملایم مدر، بادشکن وملین نیز دارد.

مصرف: از جوشانده بین ۸–۳۰ گرم پودر گیاه در یك لیتر آب برای مصرف سه مرتبه در روز برای مصرف داخلی استفاده می‌شود. جوشانده ۱۰۰–۲۰۰ گرم جوانه و برگهای تازه در یك لیترآب به منظور تهیه لوسیون‌جهت استعمال‌خارجی (اگزما،خارش و تبخال) مصرف می‌شود.

مصرف بیش از حدآن (به‌علت وجود آلکالوئیدهای سمی) سبب‌فلج دستگاه‌اعصاب مرکزی می‌شود. بنابراین مصرف خانگی آن توصیه نمی‌شود.

تمبر هندی

(TAMARIND)

(Tamarindus indica., Leguminose), Tamarind tree.

زیستگاه وگرد آوری : گیاه بومی مصر است ونهال آن‌را از آنجا بـه هندوستان و آفریقای شمالی وبرزیل برده‌اند وامروزه در غالب نواحی گرم پرورش داده می‌شود. برای به دست آوردن قسمت گوشتدار میوه، معمولا پوسته میوه را می‌شکنند ومحتویات درون آن راکه شامل شیرهٔ میوه ودانه است خارج می‌کنند وسپس می‌خشکانند.

ایران: این گیاه در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات و اثر: میان بر گوشتدار تمبر هندی دارای مقادیری ازاسیدهای سیتریك و مـالیك و تارتـارات پتـاسیم است. همچنین مقداری گلوکز، پکتین ویك ترکیب با اثـر مسهلی دارد.

مصرف: دارویی‌است‌ملین که‌به‌شکل‌دم‌کرده به‌نسبت ۲۰ــ۵۰ درهزار(۲۰ــ۵۰ گرم‌میوه‌آن را در یك لیترآب دم می‌کنند) به‌کار می‌رود. همچنین از تیزان ۳۰ در هزار میوه آن استفاده می‌شود.



شرح: درختی است مـرتفع و زیبا کـه پوست تنه‌آن ضخیم وبه‌رنگ قهوه‌ای‌است و بر روی آن شیارهای مشخصی دیده می‌شود. برگهایی متناوب و مرکب از ۱۰- ۱۵ زوج برگچه کامل وبی‌کرك دارد. گلهای آن نسبتاً بزرگ، به‌رنگ زرد مایل به سبز یا مایل به سفیدومجتمع به‌شکل خوشه‌های‌آویخته‌است. میوه‌آن نیام، ناشکوفا باغلافی به طول ۵ــ ۱۲ سانتی‌متر است وداخل آن ۳ تا ۵ دانه مسطح، شفاف وقهوه‌ای رنگ‌دیده می‌شود.

قسمت مورد استفاده: میان بـر گوشتدار میوه.

ترنجبین

(MANNE OF HEDYZARUM)

(Alhagi camelorum., Papilionaceae), Manne de Perse.

شرح: گیاهی پرشاخه، دارای ساقه‌های خاردار و برگهای ساده وکوچك است. از اختصاصات‌آن این است که میوه‌ای بندبند با ظاهرمنظم دارد. این گیاه که به نام خارشتر معروف‌است گیاهی است دایمی به‌بلندی ۲۰ ـ ۵۰ سانتی متر که دارای ساقه‌های خاردار سخت و از پایین دارای شاخه است. گلهای کوچك وقرمز رنگی دارد.

قسمت مورد استفاده: ازمان آن‌که یك مادهٔ قندی‌است برای مصارف دارویی‌استفاده می‌شود.

زیستگاه‌وگردآوری: اصولا این گیاه بومی ایران است ونکتهٔ قابل توجه این‌است که باوجودی‌که این‌گیاه درتمام ایران یافت می‌شود معذالك‌درهمه‌جا ترنجبین تولید نمی‌کنند. طرز تهیهٔ آن بدین شکل است که در اواخر تابستان گیاهان خشك‌شده راجمع‌آوری کرده، بر روی پارچه می‌گسترانند و تکان می‌دهند تا ترشحات خشك شدهٔ گیاه به شکل قطعات‌بسیارکوچك به‌دست آید.

ایران: ترنجبین بازار دارویی ایران‌از خراسان (دامغان، شیروان، بجنورد)، اطراف تبریز، زرند، بوشهر وبلوچستان به‌دست می‌آید.

ترکیبات واثر: از تجزیهٔ شیمیایی این ماده ، دانشمندان قدیم قندی به نام مله‌زیتوز (Melezitose) استخراج کرده‌اند ولی‌طبق تحقیقات انجام شده مادهٔ قندی آن ساکارز است. علاوه براین مقادیری موسیلاژ (۱۵٪) املاح کلسیم، سیلیسیم ، گوگرد ، منیزیم و



آلومینیوم نیزدارد.

مصرف: ترنجبین دارای خواص ملین ، نرم‌کننده سینه ویك داروی خلط‌آور است. برای این منظورترنجبین را به‌مقدار ۱۰ـ۷۵ گرم و گاهی نیز بیشتر برای شیرین کردن داروها مصرف می‌کنند. طرزمصرف‌آن بدین شکل است‌که آن را درآب جوش می‌ریزند وبه‌هم می‌زنند تادانه‌های‌آن ذوب شود وپس ازصاف‌کردن محلول آن را صبح ناشتا می‌نوشند.

خاکشی، خاکشیر (LONDON ROCKET SEEDS)

(Descurainia Sophia., Cruciferae), Sofia.



شرح: خاکشیردانهٔ گیاهی‌است به‌ارتفاع ۲۰-۱۰۰سانتیمتر که برگهایی با بریدگیهای ساده و گلهایی به‌رنگ زرد روشن دارد. دانهٔ خاکشیرمعمولی رنگ زرد مایل به‌سرخ‌دارد وریز است ولی‌دربازارتجارت نوعی خاکشیر درشت به‌نام قدومه شیرازی وجود دارد که دانه‌اش سرخ تند می‌باشد ودراصفهان به نام تودری موسوم است.

قسمت مورداستفاده: دانه.

زیستگاه: این‌گیاه درغالب‌نواحی‌ایران مخصوصاً مناطق شمالی، در رشته جبال البرز پراکنده است.

مصرف: در طب ایرانی دانهٔ خاکشیر به عنوان خنکی و همچنین ملین، مقوی معده، برطرف کننده ترشحات زنانگی(leucorrne) ونیزاشتهاآورمصرف می‌شود. برای‌این‌موارد مقدار۱۰ تا ۱۵ گرم دانهٔ آن را درآب‌می‌خیسانند و صبح ناشتا همراه با کمی شکر می‌خورند واین عمل‌رابرای چند روزمتوالی ادامه می‌دهند.

موسیلاژ سرکه خاکشیر اگر به‌مقدارکم مصرف شود روی جدار روده قشری ایجاد می‌کندکه باعث آرام کردن حرکات رودی این عضو می‌شود وخاصیت ضد اسهالی‌دارد ولی اگر موسیلاژگرم به مقدارزیاد مصرف شود به علت تورم تمام سطح روده را می‌پوشانند و لذا مواد زایدی راکه در روده جمع‌شده به‌طرف‌جلومی‌راندوخاصیت مسهلی ظاهرمی کند.

FRENCH TAMARISK

(Tamarix gallica, Tamariaceae).

درخت گز



شرح: درختچه‌ای زیبا با برگهای باریك، نوك تیز وفشرده است. ارتفاع آن بین ۱/۵–۲ متر یا بیشتر است. گلهای کوچك وبهم فشرده آن‌که به رنگ سرخ است به شکل مجتمع و سنبله‌های دراز بر روی شاخه‌های باریك و کوتاه آن‌ظاهر می‌شود. دارای میوه‌ای پوشینه و بیضوی است.

قسمت مورد استفاده: پوست.

زیستگاه وکشت: درخت گـز بیشتر در شوره‌زارهـا، کنار آب رودخانه‌ها وحاشیه کویرها می‌روید. پراکندگـی آن بیشتر در منطقه مدیترانه، جنوب‌فرانسه والجزایراست.

ایران: این گیاه در نقـاط مختلف نظیر آذربایجان، لرستان، اصفهان، قزوین، کرج و بین کرمان ویزد می‌روید.

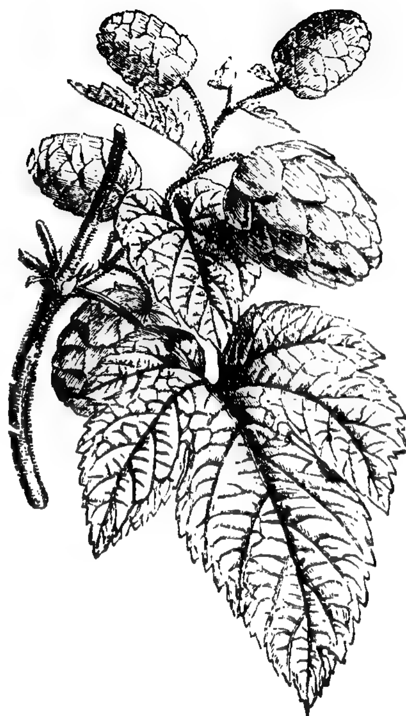
ترکیبات و اثر: پوست این گیـاه دارای اسیدگالیك و برگ آن حاوی مـاده‌ای بنام اسکولین (Aesculin) است. به علت وجود تانن زیاد (digallic acid) در این گیاه از پوست‌آن برای جلوگیری از خونریزیهـای سطحی بـدن، سوختگیها و عـوارض جلدی استفـاده می‌شود. همچنیـن دارای اثـر مدر، اشتها آور ومقوی‌است. اسکولین اشعه ماوراء بنفش (u.v) را جـذب مـی‌کند و لـذا در فرمولاسیون کرمهـای محافظ پوست مصرف می‌شود. از این گیاه در اثر گـزش حشرات مواد شیرین به‌نام مان (Manne) به‌بیرون تراوش می‌شودکه حـاوی قندهای مختلف و الکلهای پلی‌مرف مشابه مانیت است.

مصرف: از خـاکستر این گیاه در درمـان زخمها و سوختگیهای سطحی و نیز جوشانده ۱۵–۳۰ درهزار آن‌در آب و گردآن به‌مقدار ۲–۴ گرم در یك جوشانده استفاده می‌شود.

رازك

HOP

(Humulus lupulus, Cannabinaceae), Hop-Vine.



شرح: گیاهی است دو پایه، علفی و بالا-رونده که اعضای آن از تارهای خشن پوشیده است. دارای برگهای متقابل، دندانه‌دار با ۳–۵ لوب نامساوی است. در پایه نر آن گلها به‌شکل خوشه‌های خاص و در پایه ماده گلها به حالت مجتمع شبیه مخروطهای تقریبا کروی ظاهر می‌شود. میوه رازك فندقه‌ای است که درسطح وقاعده آن تارهای ترشحی زیادی وجود دارد.

قسمت مورد استفاده: مجموعه گلهای ماده (Houblon Cone) به شکل میوه زیر کاج به‌رنگ سبز کم‌رنگ.

زیستگاه و جمع‌آوری: رازك بحالت خودرو در جنگلها ومناطق پوشیده از درختچه‌ها و انبوه بوته‌ها می‌روید. مخروطهای ماده آنرا درمرداد تا شهریور ماه به‌تناسب واریته مورد کشت (زودرس یا دیر رس) و نیز مشخصات محل رویش می‌چینند و به‌سرعت آنها را در مجاورت هوای بدون رطوبت خشك می کنند.

ایران: این گیاه درمناطق شمالی ایران، بین گرگان و سواحل دریای خزر، بندرگز و برخی نواحی مازندران می‌روید.

ترکیبات و اثر: تارهای موجود درقاعده و سطح میوه رازك حاوی آلکالوئیدی به‌نام لوپولین (lupulin) است. علاوه براین مخروطهای ماده رازك دارای تاننی به‌نام اسید هموتانیك، مواد پکتینی، روغن فرار ومقدار زیادی موادازت‌دار می‌باشد. دارای خواص ادرارآور، آرام‌بخش و ضد تشنج است و نیز برای تسکین دردهای عادات ماهانه زنان مؤثر است.

مصرف: تیزان ۱۰–۱۵ درهزار مخروط ماده رازك به مقدار يك فنجان قبل از غذا و نیز دم‌کرده ۱۵–۲۰ در هزار آنرا بعنوان مقوی مصرف می کنند. همچنین مقدار ۰/۵ گرم گرد لوپولین اثر آرام‌بخش دارد. ضماد حاوی این گیاه برای تسکین دردهای عصبی وخارش و ورم بکار می‌رود.

روبارب

(RHUBARB)

(Rheum officinale., Polygonaceae)

ریوند چینی



شرح: ریوند چینی گیاهی است با رشد زیاد که ارتفاع آن به ۲ ـ ۲/۵ متر می‌رسد وریزومی ضخیم و متورم درداخل خاك دارد. برگهای آن بسیار بزرگ است وظاهری پنجه‌ای، موجدار کامل ویا منقسم به لوبهای دندانه‌ای دارد. ساقهٔ مولد گل آن که ازدرون برگهای انبوه خارج می‌شود، در انتها به مجموعه فراوانی از گل آذین‌های خوشه‌مانند ختم می‌شود. رنگ گلهای آن سبزمایل به زرد یا مایل به‌سرخ است.

قسمت مورد استفاده: قطعات ریزوم خشك شده گیاه (دراثر حرارت یا آفتاب)

زیستگاه و گردآوری: این گیاه در ارتفاعات چین و تبت ویا در هیمالیا وشمال هند می‌روید. تکثیر آن از طریق دانه ونیز به‌وسیلهٔ قطعات جوانه‌دار گیاه مسن انجام می‌گیرد، غده‌های زیرزمینی این گیاه را معمولا در شهریورماه گردآوری می‌کنند وپس از تقسیم به‌قطعات کوچك درمجاورت هوا می‌خشکانند. این قطعات به‌اشکال نامنظم، مسطح یا کمی مقعر، استوانه‌ای شکل یا گرد در بازرگانی عرضه می‌شود وطعم آن تلخ‌وقابض است.

ایران: این گیاه در ایران نمی‌روید و ریوند چینی، نام قطعات ریزوم این گیاه در بازارهای ایران است.

ترکیبات واثر: ریوند چینی دارای تانوییدهایی ازجمله کاتشین (Catechine) و نیز مشتقات آنتراکینون نظیر امودین Emodine است. این گیاه با مقادیر کم (۱۰۰ ـ ۳۰۰ میلیگرم) اثر مقوی تلخ، اشتهاآورومحرك اعمال هضم دارد ولی‌مقادیر زیادتر ودرمانی آن اثر ملین و مسهلی ملایم دارد.

مصرف: ازتیزان این گیاه (۵تا ۱۰ گرم ازریزوم گیاه را دریك لیتر آب بخیسانید) و نیز گردآن (به مقدار۱۰۰ـ۳۰۰ میلی گرم) به‌عنوان مقوی واشتهاآور و با مقادیر بیشتر (۰/۵ـ۵ گرم گرد) یاتنطورآن (۵ـ۱۵ گرم دریك پوسیون یا شربت) به عنوان ملین و مسهل استفاده می‌شود. برای این منظور درمانی مقدار مصرف آن برای کودکان ۰/۲ گرم به‌ازای هرسال سن‌است.

MADDER

روناس

(Rubia tinctorum, Rubiaceae), Krapp.



شرح: گیاهی علفی، پایا به ارتفاع بین یك تا ۱/۵ متر است که دارای ساقه چهار گوش وپوشیده از خارهای کوچك و قلاب شکلی است که با آن به تکیه گاهها متصل می‌شود. این خارها همچنین در کناره‌های برگ و رگبرگ میانی دیده می‌شوند. برگ‌های آن بیضوی دراز و نوك تیز است و با آنکه به‌ظاهر مجتمع به تعداد ۶تایی در طول ساقه دیده می‌شود معهذا بیش از دو عدد آنها برگ نیست و بقیه استیپولهایی با ظاهر برگ مانند می‌باشد. گلهای آن کوچك، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهای متعدد در محور ساقه و یا در قسمتهای انتهایی آن است. میوه‌ای به‌شکل سته، گوشتدار و به‌رنگ قرمز تیره دارد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم و ریشه.

زیستگاه وگردآوری: این گیاه به حالت وحشی درمنطقه مدیترانه، از اسپانیا تاخاور-میانه و نیز درشمال آفریقا وبرخی نواحی آسیا می‌روید.

ایران: نواحی‌غربی‌ایران، اراك،اطراف دماوند، تبریز، خوی و ارومیه.

ترکیبات و اثر: ریشه روناس ضخیم حاوی مشتقی ازآنتراکینون بنام آلیزارین (Alizarin) است و بهمین‌جهت‌خاصیت‌ملین و مسهلی دارد. یکی از اثرهای بسیار جالب این گیاه خاصیت انحلال سنگهای مجاری ادراری است بدین‌ترتیب که نمکهای منیزیم، آلومینیوم، سدیم و آمونیم را حل کرده و سنگ را برای خروج آماده می‌کند، همچنین به‌علت داشتن‌مقادیری تانن خاصیت قابض‌نیز دارد.

مصرف: از جوشانده ۱۵ـ۳۰ در هزار ریشه نیمکوب، گرد ریشه به‌مقدار ۱ـ۴ گرم درروز به‌شکل محلول ونیز عصاره‌آبی‌آن به مقدار ۰/۳ تا یك گرم استفاده می‌شود.

زرشک

(BARBERRY)

(Berberis vulgaris., Berberidaceae), Pipperidge.



شرح: درختچه‌ای خاردار به‌ارتفاع ۱ـ ۳ متر ودارای شاخه‌های شکننده است. شاخه‌های کوتاه یا جوان آن دارای برگهایی به‌وضع متناوب یا تقریباً فراهم است. کناره برگ آن دندانه‌هایی منتهی به‌خارهای ریز و نازك دارد. گل آن که در اردیبهشت وخرداد ظاهرمی‌شود، به‌رنگ زرد زیبا ومجتمع به‌شکل خوشه‌های آویخته است. میوهٔ آن کوچك، قرمزرنگ و بیضوی است ومزه‌ای ترش (ملایم) دارد.

قسمت مورد استفاده: از تمام قسمتهای این گیاه (پوست، ریشه، ساقه و میوه) برای درمان استفاده‌می‌شود. پوست ساقه را درسایه می‌خشکانند.

زیستگاه: این درختچه در جنگلهای اروپا وآسیا یافت می‌شود.

ایران: زرشك در نواحی شمالی ایران، آذربایجان، ارتفاعات البرز، رودبار، جنگل کندوان، مازندران، خراسان و بسیاری دیگر از نواحی ایران می‌روید.

ترکیبات واثر: برگ، چوب و پوست این گیاه دارای آلکالوییدی به نام بربرین (Berberine) است ولی مقدارآن درپوست بیشتراست (۱/۷ در صد)، علاوه براین در جوانه‌ها وریشه‌آن مقداری قند، مواد رزینی موسیلاژی وپکتینی وجود دارد.

مصرف: ریشه و پوست ساقهٔ این گیاه از داروهای تلخ بشمارمی‌آید ودارای اثرمقوی، صفرابر ومسهل است. از پوست ثانوی ریشه وساقهٔ زرشك که ازنظر درمانی باارزش‌است در خونریزیهایی که در فواصل قاعدگی رخ می‌دهد استفاده می‌شود.

میوهٔ زرشك‌دارای‌مقادیرزیادی‌ویتامین C است که ازلیمو ترش بیشتراست وبه‌همین‌جهت در درمان بیماری آسکوربوت ازآن استفاده می‌شود. یکی ازمهمترین خواص آن خاصیت انقباض عروق بخصوص عروق رحمی است. امروزه از زرشك بـرای معالجه ناراحتیهای کبد وگرفتگیهای صفراوی استفاده می‌شود و بنابراین برای کسانی کـه از دردکیسه صفرا بشدت رنج می‌برند یکی از بـا ارزش‌ترین داروهاست. معمولا برای این مصارف از دم‌کرده زرشك استفاده می‌شود. میزان مصرف گردساقه‌آن $\frac{1}{4}$ قاشق مرباخوری چندین باردر روزاست.

زعفران

SAFFRON
(Crocus sativus, Iridaceae), True-Saffron.



شرح: زعفران گیاهی است کوچك به ارتفاع ۱۰ـ۳۰ سانتیمتر با پیازی سخت و مدور که از فلسهای نازك و قهوه‌ای رنگ تشکیل شده است. از پیاز ۶ـ۷ برگ سبز تیره و راست منشأ می گیرد. گلهای آن منظم، نر وماده و به‌تعداد ۲ـ۳ عدد در انتهای ساقه است. جام گل لوله‌ای است و ازشش قسمت تشکیل شده است. قسمت خارجی از سه کاسبرگ وداخلی از سه‌کاسبرگ به رنگهای بنفش یا ارغوانی است. دستگاه نر از سه پرچم که درمقابل‌هر گلبرگ تشکیل‌شده‌است. مادگی از یك‌تخمدان سه‌خانه‌ای باکلاله سه خانه‌ای به رنگ قرمز نارنجی است.

قسمت مورد استفاده: کلاله‌های گل گیاه که زعفران‌نامیده می‌شود. برای تهیه یك گرم زعفران به‌کلاله وخامه ۱۵۰ گل نیاز است.

زیستگاه وگردآوری: امروزه با توجه به توسعه پرورش زعفران، این گیاه درنواحی مختلف یافت می‌شود. کشت آن در اواسط تیرماه انجام می گردد ولی گلها در اواخر مهرماه سال‌بعد ظاهرمی‌شود. محصول معمولاً پیش ازطلوع آفتاب جمع آوری می‌شودزیرا گلها شبها باز بوده وگرمای آفتاب آنها را بسته نگه می‌دارد. اصول کشت و برداشت زعفران دراسپانیا، فرانسه، ایران وسایرنقاط با جزیی تفاوت یکسان است.

ایران: این گیاه در بعضی نواحی ایران به‌ویژه خراسان و نیز یزد،کرمان، کردستان، گیلان ومازندران‌کاشته می‌شود.

ترکیبات و اثر: زعفران حاوی رنگی شبیه کاروتنوئیدها به نام پروتوکروسین (Protocrocine)است‌که‌در‌اثر‌اکسیداسیون به‌ماده رنگی‌زعفران(Crocine) وهتروزیدی تلخ (Picrocrocine) تبدیل می‌شود به آن خاصیت تقویت کننده قلب و مقوی معده (به خاطرداشتن موادتلخ) نسبت می‌دهند. همچنین برای‌آن یك اثر قاعده‌آور قائلند. دم کرده آنرا بعنوان‌تونیك وضدتشنج مصرف‌می‌کنند.

مصرف: دم‌کرده ۰/۵ـ۲ گرم در لیتر زعفران و یا گردآن به‌مقدار۰/۲ گرم مصرف می‌شود.

سنا

(SENNA)

(Cassia angustifolia., Caesalpineae).

سنای هندی

شرح: سنا گیاهی‌است بابرگهای مرکب از۵ـ۷ زوج برگچه باریك، دراز ونوك تیز که معمولاطول برگچه‌های‌آن درناحیهٔ قاعده برگ کوچکتر است. طول این برگچه‌ها به‌طورمتوسط ۳ـ۵ سانتی‌متر است. گلهایی زرد رنگ ومیوه‌ای باظاهری بدون انحنا به طول ۵ـ۶ سانتی متروغلافی شبیه‌کلیه‌دارد.

قسمت مورد استفاده: از برگچه ومیوهٔ این گیاه برای مصارف درمانی استفاده می‌شود.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به‌حالت خودرو به‌مقدارزیاد در آفریقا مانند ناحیه سودان و صحرا، آسیای صغیر، عربستان و سواحل سومالی تا موزامبیك می‌روید، برگهای‌آن را بین خرداد تا آذر پیش ازباز شدن میوه آن جمع‌آوری کرده ودرآفتاب می‌خشکانند.

ایران: سنا در نواحی جنوب ایران، بلوچستان واطراف بندرعباس می‌روید.

ترکیبات و اثر: دربین گونه‌های مختلف سناسه‌گونه درداروسازی موردتوجه می‌باشد که عبارتند از.

1- Cassia angustifolia (سنای مکی)
2- Cassia acutifolia (سنای‌اسکندریه)
3- Cassia obovata (سنای سودان)

برگچه‌های‌سناوهمچنین میوهٔ‌آن خاصیت مسهلی دارند وموجب دل بهم خوردگی‌نمی‌شوند. مادهٔ مؤثره این گیاه یك آنتراسن



گلیلوزیدی به‌نام‌امودین (Emodin)، ریین (Rhein) و سنوزید «آ» و«ب» (AوB Senosid) است. مهمترین خواص این‌گیاه خاصیت مسهلی ـ ملین آن است و مزیت آن دراین است‌که ایجاد سرگیجه و تهوع در شخص نمی‌کند ولی باید درنظر داشت‌که مصرف این دارو توسط زنان شیرده مجاز نیست زیرا ترکیبات آن وارد شیر می‌شود و کودك شیر خوار را نیزدچار اسهال می‌کند. این دارو دربسیاری از فرآورده‌های دارویی که برای رفع یبوست تهیه می‌گردد وجود دارد.

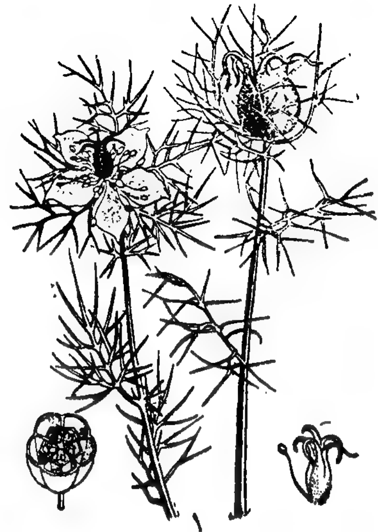
مصرف: ازدم‌کرده برگچه سنا به‌مقدار ۱۰ـ۱۵ گرم در ۲۵۰ میلی‌لیتر آب به‌عنوان مسهل و۵ گرم از آن در همین مقدار آب به عنوان ملین برای اشخاص بالغ استفاده می‌شود.

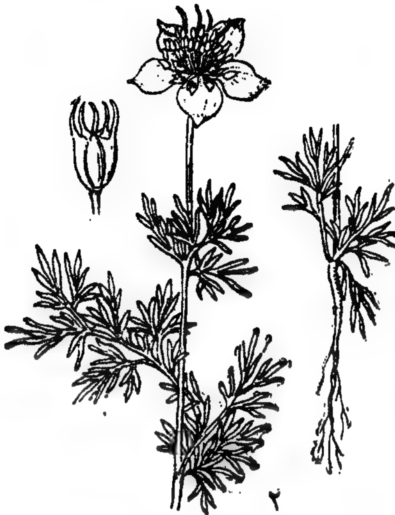
سیاهدانه

(BLACK CUMIN)

(Niyellia sativa., Ranunculaceae), Coriander of Rome, Garden fennel flower.

سیاه تخمه، شونیز





شرح: سیاه دانه گیاهی است پوشیده‌از کرکهای ظریف یا کاملا بی‌کرک که دارای برگهایی منقسم به‌تقسیمات باریك‌ونخی‌شکل و گلهای منفرد به رنگ سفید شیری با کنارهٔ مایل به‌رنگ‌سبز یا مایل به‌آبی است. دانهٔ این گیاه تیره رنگ، سه گوش ودارای بوی مخصوص است، له شده‌آن بویی شبیه بوی زیره دارد. زمان گل دادن‌آن آخراردیبهشت تا تیرماه است.

قسمت مورد استفاده: دانه .

زیستگاه : این گیاه درنواحی مختلف جنوب اروپا وبعضی نقاط آسیا می‌روید.

ایران: سیاه‌دانه دراراك می‌روید و در اصفهان و نواحی مختلف ایران نیز پرورش می‌یابد .

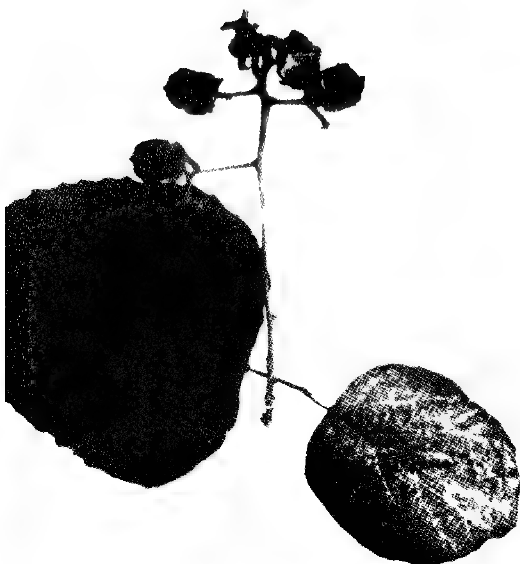
ترکیبات واثر: این گیاه حاوی چهار آلکالوییدمهم به‌نام دکلوییدین(Declonidin) کانسولیدین (Consolidin) ، دلکوسین (Delcosin) ، دلکونین (Delconin) است. علاوه براین مقداری اسانس‌فرارونیز روغن، مواد صمغی و قندهای مختلف دارد. دانهٔ آن دارای اثرات بادشکن ، مدر، زیادکننده شیر وتسریع کننده قاعدگی است. آلکالوییدهای نام برده در بالا به مقدار زیاد برای معالجه ورم معده و ورم‌کبد وکمبود شیره‌معده‌مصرف می‌شود (برای کسانی که معدهٔ آنها کم ترشح می‌کند چون دارای اثر تحریکی روی جدار معده است تجویزمی‌شود). دردامپزشکی برای افزایش‌شیر گاو مصرف می‌شود.

مصرف: ازپودر یا دانهٔ خیسانده آن استفاده می‌شود ولی نباید آن را دم‌کرد زیرا اسانس آن از بین می‌رود. برای استفاده از خاصیت ضد آسم این‌گیاه از جوشاندهٔ دانهٔ آن استفاده می‌شود.

(CORDYA)

سه پستان

(Cordya myxa., Boraginaceae), Assyrian Plum



شرح: سه پستان میوهٔ درختی است از تیرهٔ گاوزبان. برگهای آن بدون کرك، بیضوی (گاهی دارای نوك باریك)، منتهی به دمبرك درازو گلهای آن دارای جام قیفی شکل و مجتمع به‌شکل گرزن فاصله داراست.میوه‌اش شفت، به بزرگی یك گیلاس و میان‌بر چسبنده‌ای به رنگ زرد دارد که پس از رسیدن کامل است، این میوه پس از خشك شدن خاکستری سیاه‌رنگ می گردد ومزهٔ آن شیرین و لعاب‌داراست.

قسمت مورد استفاده: ازپوست، برگ ومیوه‌آن استفاده می‌شود.

زیستگاه: این گیاه در مصر و آفریقا کشت داده می‌شود.

ایران: در نواحی جنوبی ایران از جمله بندرچاه بهار، به ویژه سواحل خلیج فارس،جزیره‌خارك ونواحی‌مختلف بلوچستان پراکندگی دارد.

مصرف: میوهٔ سه‌پستان را به شکل دم‌کرده (۵ـ۳۰ دانه) برای نرم‌کردن سینه و گرفتگی صدا تنها یا مخلوط بامیوه ودانه‌های لعابدار دیگرمصرف می کنند.

شاهتره

(FUMITORY)

(Fumaria officinalis, Fumariaceae). Earth smoke



شرح : گیاهی است یك ساله،علفی که ارتفاع آن بین ۲۰-۸۰ سانتی‌متر است. این گیاه ریشه‌ای دراز وسفیدرنگ وساقهٔ کوچك وزاویه‌دار به‌وضع نسبتاً خوابیده برروی زمین دارد. شاخه‌های متعدد آن برگهایی منقسم به تقسیمات باریك وفراوان (بریدگی) به‌رنگ سبزآبی (مات) دارد. گلهای آن کوچك، به رنگ گلی یا سفید مایل به سرخ یا خالهایی به‌رنگ ارغوانی ومجتمع به‌شکل خوشه‌است. میوه‌اش کوچك، کروی ومحتوی یك دانه‌است. زمان گل دادن آن ازاواسط اردیبهشت تا پاییز وحتی دیرتراست .

قسمت مورداستفاده: ازکلیه قسمتهای گیاه مخصوصاً اندامهای هوایی(سرشاخه‌های گلدار) به حالت خشك یا تازه استفاده می‌شود.

زیستگاه درایران : این گیاه‌درمزارع، باغها،اماکن سایه‌دار ویا درگودالها به‌حالت خودرومی‌روید. این گیاه در منطقه وسیعی از ایران به ویژه نواحی مختلف البرز ، گیلان، اطراف تهران،کرمانشاه وبعضی از نواحی خوزستان می‌روید.

ترکیبات واثر: اعضاء مختلف این گیاه دارای آلکالوییدی به نام فومارین (Fumarine) ویك اسید آلی به نام اسید فوماریك (Fumaric acid) و نیز موادی نظیر املاح معدنی مختلف مانند نیترات‌سدیم وپتاسیم وکلرورکلسیم است. ازشاهتره درطب سنتی به مقدار زیاد به عنوان ضد بیماری آسکوربوت ، اشتها آور، مدر و صفرا آور استفاده می‌شود. یکی از موارد مهم استعمال این گیاه در معالجه بیماریهای پوستی است و در پزشکی سنتی در مواقع قطع قاعدگی خانمهایی که هنوز به سن یائسگی نرسیده‌اند مصرف می‌شود.

مصرف: ازدم‌کرده یا جوشانده‌۲۰-۲۵ در هزارگیاه تازه یا ۵۰-۶۰ در هزار گیاه خشك به مقدار یك فنجان قبل از هر غذا به عنوان مقوی وتصفیه‌کنندهٔخون فقط به مدت ۸ روز (درپایان این مدت پس از گذشت ده روز مجدداً تکرار شود) مصرف می‌شود. در استعمال‌خارج برای معالجه بیماریهای‌پوستی جوشانده ۶۰ در هزار یا قویتر آن به کار می‌رود.

(PURGATIVE MANNA)

شیرخشت

(Fraxinus ornus., Oleaceae), Manna ash, Flowering ash.

شرح: درختی است که ۵-۶متر طول دارد. دارای ریشه راست به رنگ خاکستری مایل به قرمز است. برگهای این گیاه به‌رنگ سبز روشن، متقابل و مرکب از ۵-۹ برگچه نوك تیز، دندانه‌دار است. گلهایی به‌رنگ‌سفید، مجتمع در انتهای شاخه‌ها دارد. میوه‌اش باریك، دراز و منتهی به یك زبانه کوچك و نازك است. شکل ظاهری شیرخشت به صورت دانه کوچکی شبیه دانه نخود است که به علت چسبندگی به‌هم می‌چسبند. شیره این گیاه در ابتدا که خارج می‌شود سفید رنگ است و سپس درمجاورت هوا سفید مایل به زرد یا سفید مایل به قهوه‌ای می‌شود.

قسمت مورد استفاده: شیره حاصل از ایجاد شکاف درتنه درخت.

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به حالت وحشی درجنوب ایتالیاوجزایراطراف آن، مخصوصاً کالابرو سیسیل می‌روید. در پرورش این گیاه باید این نکته راکاملارعایت کرد که فاصلهٔ پایه‌های جوان ازیکدیگر، معادل دومتر ازکلیه جهات باشد. نحوهٔ گردآوری آن بدین شکل است که در فاصلهٔ ماههای تیر ومرداد نخستین شکاف عرضی عمیق را تاحد چوب در قاعدهٔ تنه هریك ازدرختان ایجاد می‌کنند وسپس‌مرتباًدرهرروزشکافهای‌مجددی درفاصله پنج سانتی‌متری بالای شکاف قبلی می‌دهند و این عمل را مرتباً تا آخر تابستان ادامه می‌دهند. درسال بعد مجدداً شکافهایی درتنه درخت به وضع قائم به‌وجودمی‌آورند. پس از ایجاد شکاف موادی به خارج ترشح می‌گردد که نادرترین ومرغوب‌ترین نوع‌مان درتجارت است وآن را درسایه ودرحرارت



کمترازه۴۰ درجه خشك می‌کنند.

ایران: این گیاه در ایران نیست ولی به‌علت ظاهر زیبا وگلهای سفید ومجتمعی که دارد در بعضی باغها پرورش می‌یابد.

ترکیبات و اثر: شیرخشت بین۴۰-۶۰ درصد مانیت، ۱۰-۶۰ درصد مانیوتتروز (maneotetrose) و ۱۵ – ۱۶ درصد مانیوتریوز (maneo – triose) و ۲/۲ درصد گلوکز دارد. به راحتی دردهان ذوب می‌شود وایجاد برودتی می‌کند که از تشنگی می‌کاهد.

مصرف: براثر خاصیت اسموز درروده آب جذب می‌کند وخاصیت ملین دارو واین خاصیت بویژه برای کودکان بسیار مؤثر است. به‌عنوان صفراآور ومسکن سرفه ونرم کننده‌سینه مورد استفاده قرارمی گیرد؟ مان‌در فرمول بعضی شربتها وارد می‌شود، مقدار مصرف آن برای بزرگسالان ۶۰ گرم، برای کودکان‌تاسه‌سالگی۵–۱۵ گرم‌وبرای کودکان ۳ تا ۵ ساله ۱۰–۲۰ گرم است که معمولاً آن را درشیر گرم‌یاآب گرم‌حل کرده ومصرف می‌کنند.

عروسك پشت پرده

ALKEKENGY

(Physalis alkekengi, Solanaceae), Winter-Cherry.

کاکنج، عشق درقفس



شرح: گیاهی علفی با ساقه راست و زاویه‌دار به ارتفاع ۲۰ـ۶۰ سانتیمتر است. بر روی این‌ساقه برگهای متناوب با دمبرگ دراز، بیضوی، نوك‌تیز و نامنظم به‌رنگ سبز تیره‌قرار دارد. گلهای آن معمولاً به‌شکل‌منفرد بر روی ساقه قرار دارد. مادگی گلهای آن شامل تخمدان بیضوی، بدون کرك است و پس از رسیدن به میوه‌ای قرمز رنگ شبیه گیلاس تبدیل می‌شود که دورآنرا پرده‌ای قرار گرفته است. این پرده از بهم پیوستن و رشد کامل کاسبرگها بوجودآمده است.

قسمت مورد استفاده: برگ ومیوه.

زیستگاه و گردآوری: عروسك‌پشت‌پرده به‌حالت خودرو درغالب نواحی اروپا مانند فرانسه، آلمان، ایتالیا و بعضی نقاط آسیامانند ژاپن و نیز درآمریکای‌شمالی‌می‌روید. تکثیر آن از طریق دانه در تابستان یا پاییز انجام می‌گیرد.

ایران: در نقاط مختلف ایران از جمله اطراف‌تهران، اصفهان، آذربایجان، بروجرد، نواحی شمالی نظیر لاهیجان، آستارا، هشتپر و نوشهر می‌روید.

ترکیبات و اثر: میوه این گیاه دارای مقدار زیادی اسید آسکوربیك (Vitamin C) است بطوریکه میزان آن دوبرابر مقدار ویتامین ث لیموترش است. به همین جهت به‌عنوان یك ماده ضد بیماری آسکوربوت مصرف می‌شود. همچنین دارای یك ماده تلخ بنام فیزالین (Physaline) و یك ماده رنگی‌بنام‌فیزالی‌ین (Physaliene) خواص ملین و مدر نیز دارد.

مصرف: از میوه‌خام ورسیده، شربت‌میوه یا مربای‌میوه وحتی ترشی‌آن استفاده می‌شود (به‌عنوان ملین و ادرارآور). عصاره الکلی برگ عروسك پشت پرده (مقدار ۸ـ۲۰ گرم میوه دریك تیزان) برای ازبین بردن‌سنگهای مجاری ادراری مصرف می‌شود.

علف چشمه

WATERCRESSE

(Nasturtium officinale, Cruciferae), Cresson

آب‌تره، بولاغ اوتی

شرح: گیاهی‌است علفی، پایاکه دارای ساقه‌های خوابیده ضخیم وگوشتدار است و ازآنها ریشه‌های کوچك‌وسفید رنگی به‌شکل شبکه خـارج می‌شود. برگهای آن متناوب، گوشتدار، مرکب‌از۳ـ۹قطعه نامنظم به‌رنگ سبز تیره وبدون‌کرك است. درقسمت انتهایی ساقه آن گلهـای سفید رنگی به شکل خوشه ظاهرمی‌شودکه‌پس‌ازآمیزش هریك به‌میوه‌ای به شکل خورجین بطـول ۲ـ۲/۵ سانتیمتر تبدیـل می گردد. دانه‌ای قهوه‌ای رنگ و در دو ردیف در داخل میوه است.

قسمت مورد استفاده: تمام قسمتهای‌تازه گیاه.

زیستگاه وگردآوری: این‌گیاه‌درآبهای صاف نیمه جاری (جریـانهای ملایم آب) و نواحی مـردابی می‌رویـد و در تمـام طول تابستان‌گل دارد. پراکندگی‌آن به‌شکلی‌است که درهمه نواحی مشابه تا ارتفاعات ۲۰۰۰ متری زندگی‌می‌کند. آنهایی‌که‌در ارتفاعات زیاد بسرمی‌برند طعمی‌تلخ دارند ولی‌نمونه‌هایی از آن‌که در اعماق زیاد آب می‌رویند طعم تند خـود را از دست می‌دهند. مـوقع برداشت محصول زمانی است‌که گیاه دارای گل باشد زیـرا در این مـوقع است‌که گیاه دارای حداکثر اسانس است.

ایران: این‌گیاه درجریانهای‌آب غالب نواحی ایران، راه‌کرج به‌چالوس، ارتفاعات سیاه‌بیشه، اطراف تهران، گیلان وآذربایجان می‌روید.

ترکیبات واثر: علف چشمه حاوی‌مقدار



زیادی‌اسیدآسکوربیك (vitamin C) است و به‌همین جهت دارای اثر ضد آسکوربوت قوی‌است‌بطوری که مصرف‌آن عوارض‌ناشی از فقدان این ویتامین را در مدت کوتـاهی برطرف می‌سازد. همچنین یك اسانس فـرار بنام فنیل‌اتیل سنه‌ول دراین گیاه وجود دارد. مواد مؤثر این‌گیاه برروی ماهیچه‌های صاف اثرکرده موجب‌انقباض واسپاس‌شدیدمی‌شود. به‌همین‌جهت از تجویزآن برای زنان‌آبستن باید خودداری شود.

مصرف: علف چشمه به شکل خام و تازه مصرف می‌شود زیرا جوشاندن و یا دم‌کردن آن موجب ازبین رفتن اسانس موجود درآن وکاهش‌اثردرمانی‌می‌شود.ضمناً به‌علت‌پیدایش اثر سمی باید از خشك کردن تدریجی (زرد شدن ساقه وبرگ) گیاه اجتناب‌کرد. ازشیره گیاه به‌مقدار ۶۰ـ۱۵۰ گرم درروز مخلوط با جوشاندهـای سرد می‌توان استفاده کرد. همچنین از علف چشمه بحالت خـام بخاطر اثـر ضد آسکوربوت و اشتهـاآور مصرف می‌شود.

(JUJUBE)

(Zizyphus vulgaris., Rhamnaceae).

عناب

اونافدار



شرح: عناب میوه درختچه‌ای است به ارتفاع ۲–۸ متر است. برگهای آن زیبا، کوچك، بدون کرك و شفاف، متناوب، دندانه‌دار وشامل ۳ رگبرگ طولی است. گلهایی کوچك بادمگل کوتاه، به‌رنگ سبزمایل به زرد ومجتمع به شکل دسته‌های کوچك دارد. میوه عناب که دردارو سازی مصرف می‌شود به شکل تخم مرغی وبه درشتی زیتون‌می‌باشد. ودارای پوست‌سرخ بسیارقشنگی‌است که پس از خشك شدن چین خوردگیهایی پیدا می‌کند. مزه‌آن لعابی وکمی شیرین است.

قسمت مورد استفاده: دانه

زیستگاه: این گیاه درسواحل‌مدیترانه و درمنطقه وسیعی ازایران تاژاپن می‌روید.

ایران: درنواحی کوهستانی خراسان، گیلان، گرگان، بلوچستان، بندرعباس‌وکرمان می‌روید.

ترکیبات، اثر ومصرف: دانه عناب دارای مقادیر زیادی موسیلاژ، همچنین اسید مالیك، اسید ستیریك و ویتامین «ث» است. مانند میوه‌های دیگرمصرف می‌شود واثرملین دارد ولی باید تازه‌ومتعلق به‌همان سال باشد. مصرف آن‌هیچگونه تحریکی دردستگاه گوارش ایجادنمی‌کند وازاین‌جهت برای اشخاصی که دستگاه گوارش آنهاحساس‌است مناسب است. جوشانده‌آن باآب‌یا شیراثرملین دارد. همچنین مصرف ۵–۴۰ دانهٔ آن به‌شکل‌جوشانده‌همراه با داروهای دیگریا تنها به عنوان نرم کننده سینه دربین مردم معمول است.

فلوس

(PURGING CASSIA)

(Cassia fistula., Caesalpineae), Pudding pipetree, Cassia-pulp.



شرح: درختی است خودرو به ارتفاع ۱۰–۱۵ متر که برگهایی بزرگ به طول ۳۰ سانتی‌متر وشامل ۸–۱۶ برگچه به رنگ‌سبز روشن دارد. گلهای آن به‌رنگ زرد شفاف و مجتمع و به شکل خوشه‌های آویخته است . میوه آن دراز وناشکوفا (فلوس)است. میوه فلوس دارای پوستی سفت ومغزی نرم است‌و از بندهایی که هریك هسته‌ای درشت، زرد رنگ ومقداری مغز سیاه‌رنگ‌دارد، تشکیل‌شده است. مغزفلوس بویی مخصوص ومزه شیرین ناپسند دارد .

قسمت مورد استفاده: ازمغزمیوه فلوس برای مصارف دارویی استفاده می‌شود .

زیستگاه و گردآوری: این گیاه زیبا به‌حالت خودرودرمصر، عربستان، هندوستان، آفریقا، جزایرآنتیل، برزیل وایران‌می‌روید. برای به‌دست آوردن مغزفلوس معمولاً شکافی طولی درمیوه‌ایجادمی کنندومحتویات‌درون آن رااعم ازمغز، دانه ویاجدارهای عرضی خارج می‌سازند. سپس دانه وناخالصی‌های دیگررا ازمغزجدامی کنند. مقدارمغزی که بطورخالص ازمیوه تازه‌به‌دست‌می‌آید معادل‌نصف وزن‌آن است.

ایران: فلوس در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات واثر: مواد مؤثر فلوس از دسته آنتراسن گلیکوزیدهاست وشامل‌امودین (Emodin) ، ریین (Rhein) و آلوامودین (Aloe emodin) است. مهمترین مصرف دارویی آن به‌عنوان ملین ومسهل است‌وچون مصرف آن ناراحتی و عوارض سوء همراه نداردازاین‌جهت‌غالباً برای کودکان‌وسالمندان تجویز می‌شود .

مصرف: از مغز میوه فلوس به مقدار ۴-۸ گرم به‌عنوان ملین و ۳۰-۶۰ گرم به‌شکل جوشانده به عنوان مسهل مصرف می‌شود . مقدار خوراك‌آن برای‌کودکان برحسب سنین عمرمتفاوت است ولی معمولا برای هردوسال مقدارپنج گرم فلوس به‌کار می برند. دربعضی ازکتب مقدار خوراك کودکان سه گرم به‌ازای هرسال سن ذکرشده است.

قدومه

(CORBCILLE)

(Alvssum bracteatum., Cruciferae)



شرح: قدومه گیاهی است کوتاه ازتیره شب‌بو (چلیپاییان). میوهٔ آن به شکل خوشه‌های پرپشت و درازبنظرمی‌رسد وازسی تاصد دانه تشکیل شده است. درشتی این دانه‌ها به اندازهٔ یك نیمه عدس می‌باشد. نارس آن‌سبز است که پس ازرسیدن وخشك شدن به رنگ زرد خرمایی درمی‌آید.

قسمت مورد استفاده: میوه.

زیستگاه: این‌گیاه در نواحی معتدله اروپا و آسیا می‌روید.

ایران: قدومه درزمینهای بایر قزوین، تهران، اصفهان وشیرازبه‌حالت خودرویافت می‌شود. قدومهٔ ایران ازدوگیاهٔ مختلف بدست می‌آیدکه عبارت‌است از :

۱ـ قدومه شیرازی

(Erysimum officinalis) کـه گیاهـی علفی‌ودارای برگهایی بابریدگیهای نا منظم و گلهای کوچك وزرد رنگ است . میوهٔ آن در قاعده‌متورم‌است به‌طوری که بتدریج که به رأس میوه می‌رسد نوك تیزمی‌شود. برگ‌وساقه‌آن طعم گس و قابض دارد.

۲ـ قدومه کوهی

(Alyssum bracteatum) کـه دانه‌های آن ریزترولعاب آن فراوان است.

مصرف: قدومه دارویی است لعابـدار که خیس‌کرده یاجوشانده آن‌تنهایا مخلوط با داروهای دیگربرای نرم‌کردن سینه و روده‌ها بکار می‌رود .

کاسنی

(CHICORY)

(Cichorium intybus., Liguliflorae (composeae)), Common chicory, Succory, wild succory

شرح: گیاهی پایا ، علفی بـه ارتفاع ۰/۵-۱/۵ متراست. ریشه‌ای قـوی و دراز (۰/۵-۱ متر) بدرنگ قهوه‌ای‌دارد. برگهای آن متناوب و پوشیده از تارهـای فراوان در اطراف رگبرگ میانی است. برگهای قاعدهٔ ساقه عموماً دراز ودارای بریدگیهای‌مشخص است ولی درقسمت انتهایـی وطـول ساقه برگها عموماً کوچك است. گلهایی مجتمع به شکل گل آذین کاپیتول‌مرکب از گلهای‌زبانه‌ای به رنگ آبی زیبا دارد که درفاصله ماههای تیر تا اواخر شهریور و گاهـی دیرتر ظاهر می‌شود. میوهٔ آن فندقه ، چهار سطحی، نسبتاً مسطح ومنتهی به مجموعه‌ای ازفلسهای بسیار کوچك است.

قسمت مورد استفاده: برگ ، ریشه و دانه .

زیستگاه و کشت: کاسنی در زمینهـای نسبتاً مرطوب کناره جاده‌ها ، امـاکن بایر و دامنه‌های کم ارتفاع غالب نواحی اروپا تا سوید ، مناطق غربی و مرکزی آسیا و شمال آفریقا به حالت خودرو ودرآمریکای شمالی به حالت نیمه وحشی می‌روید. برای پرورش آن دانه گیاه را دراوایل اردیبهشت بـرروی خطوطی بـه فـواصل ۲۰-۴۰ سانتی‌متر از یکدیگر می‌کارند. درآفتاب یا باحرارت آن را می‌خشکانند .

ایران : این گیاه در نـواحی مختلف ایران پراکندگـی وسیع داردکـه از جمله می‌توان دامنه‌های‌کم ارتفاع البرز ، اطراف تهران، رضاییه و نواحی مختلف گیلان مانند لاهیجان ورشت، فارس، بلوچستان و نواحی



کوهستانی خراسان را نام برد.

ترکیبات واثر: بـرگ کاسنی دارای گلیکوزید تلخی به‌نام‌سیکورین(Cichorin) و مقداری مـوسیلاژ، پکتین و اسانس است. این‌گیاه درپزشکی سنتی بسیار اهمیت داشته است به طوری‌که ابوعلـی‌سینا رساله‌ای در مورد این گیاه و خـواص آن نوشته است . کلیه قسمتهای‌گیاه مخصوصاً ریشه وبرگ‌آن محرك صفراست وبه هضم کمك می کند. اثر آن در نارساییهای‌کبدی، قولنجهای‌کبدی و ناراحتیهای صفراوی بارز است.

مصرف: از دم کرده ۸-۱۵ درهـزار برگهای تازه ویا جوشاندهٔ بـرگهای خشك ، دم‌کرده یا جوشانده ۱۵-۲۰ در هـزار ریشه درپزشکی سنتی استفاده می‌شود. برای‌مصرف کودکان ۵۰۰ گرم قند را درنیم لیترشیره‌گیاه حل می کنند ومی‌جوشانند تا به غلظت شربت درآید وسپس به‌مقدار۳-۴ قاشق صبح ناشتا مصرف می کنند.

کرچك

(CASTOR-OILPLANT)

(Ricinus communis., Euphorbiaceae).



شرح: کرچك گیاهی یك‌ساله به ارتفاع دومتراست ولی درآب وهوای گرم ومساعد ممکن است به شکل چند ساله و به ارتفاع ۴ـ۶ متردرآید. برگهایی بزرگ، پنجه‌ای شکل ومرکب از۵-۱۱ لوب عمیق دندانه‌دار بادمبرگ‌درازدارد. گلهای‌آن‌که‌درفاصلهٔ‌ماههای مرداد وشهریور ظاهر می‌شود به شکل خوشه مجتمع است وبه وضع متقابل با برگهای انتهایی ساقه قراردارد. میوه‌اش به شکل کپسول (پوشینه)، پوشیده از خار ومحتوی سه‌دانه روغن‌داراست.

قسمت مورد استفاده: دانه.

زیستگاه و گردآوری: منشأاصلی‌این گیاه حبشه‌بوده‌است ولی‌امروزه‌به‌حدی پراکندگی یافته است که واریته‌های متعددی ازآن براثر کشت‌های‌متوالی، درنواحی مختلف کرهٔ‌زمین مشاهده می‌شود. دانه واریته‌های شکوفا را پس ازخشك‌کردن وانواع ناشکوفا را پس از جدا کردن از میوه وخشکاندن، گردآوری کرده ومورد استفاده قرارمی‌دهند. طرزخشك کردن دانه‌ها نیز در کیفیت روغن‌حاصله تأثیر بسزا دارد.

ایران: این گیاه درنواحی‌مختلف‌ایران ازجمله خراسان، جنوب ایران وبلوچستان پرورش داده می‌شود .

ترکیبات و اثر: ۵۰ درصد دانه‌های کرچك راروغن‌تشکیل می‌دهد. روغن‌کرچك دارای ریسی‌نولیین (Ricinoleine) می ـ باشد‌که‌گلیسیرید اسید ریسینولییك است. اثر ملین ومسهلی دارد ومصرف آن سبب تحریك روده‌ها نمی‌شود ولذا می‌توان آنرا مناسب ـ ترین مسهل‌برای‌دوران آبستنی دانست، بعلاوه برای‌دفع‌یبوستهای عادی نیزمی‌توان‌ازروغن این‌گیاه استفاده‌کرد.

مصرف: از راه خوراکی به‌عنوان ملین‌مقدار۲ـ۱۰ گرم‌وبه‌عنوان مسهل۱۰ـ۶۰ گرم دراشخاص بالغ مصرف می‌شود. مقدار مصرف آن برای‌کودکان دوگرم به ازای هر سال سن است.

کرفس

(PARSLEY)

(Apium graveolens., Umbelliferae), Wild celery



شرح: کرفس گیاهی است علفی، دو ساله، به‌ارتفاع ۲۰ـ۶۰ سانتی‌متر که‌ساقه‌ای منشعب دارد، برگهای آن شفاف، نسبتاً ضخیم وگلهای آن کوچك، به‌رنگ سفید یاسفیدمایل به‌سبز ومجتمع به‌شکل چترمرکب است. این گیاه دارای ریشه‌ای قائم به‌طول۶ـ۷سانتی‌متراست که ازاطراف آن، ریشه‌های جانبی متعدد وازقسمت انتهایی‌آن، ساقه‌های‌توخالی شیاردارو‌عاری ازکرك خارج می‌شود.

قسمت مورد استفاده: از قسمتهای مختلف‌این گیاه به‌ویژه ریشه‌وبرگ‌آن‌استفاده می‌شود.

زیستگاه وکشت: این‌گیاه در نواحی مختلف اروپا،آمریکای جنوبی،آفریقا وآسیا وایران ومخصوصاً سواحل مدیترانه در اروپا پراکنده‌است، تکثیرآن به‌وسیلۀ دانه‌های تازه (میوه) انجام می گیرد.

ایران: کرفس‌در بسیاری‌ازمناطق‌ایران از جمله در بلوچستان ، خوی و بندر عباس می‌روید.

ترکیبات و اثر: این گیاه حاوی گلیکوزیدی است به‌نام آپی‌سین (Apicin) که اثردرمانی آن به این ترکیب نسبت داده می‌شود. علاوه براین مقداری اسانس‌فرارنیز دراین گیاه وجود دارد . مهمترین مصارف دارویی آن عبارتست از : مدر ، مقوی معده، افزایش دهنده ترشح شیر ، بادشکن.یکی از مهمترین موارد استعمال آن برای درمان‌خیز عمومی بدن (استسقاء) است‌که ناشی ازهمان خاصیت مدر بودن گیاه است .

مصرف: ازشیره برگ‌کرفس به مقدار ۳۰ـ۶۰گرم‌درروز به‌عنوان مدرو۱۰۰ـ۲۰۰ گرم به‌عنوان‌تب برمصرف می‌شود. ازدم‌کرده ریشه این‌گیاه به‌نسبت بیست درهزار به‌عنوان مدراستفاده می‌شود.

مورد

(MYRTLE)

(Myrtus Gommunis., Myrtaceae), Truemyrtle.

مورت



شرح: درختچهٔ کوچکی است کـه ارتفاع آن در شرایط عـادی بین ۱ـ۳ متر است ولی درآب و هوای مساعـد به ارتفاع بیشتر نیزمی‌رسد. برگهایی همیشه سبز ، پایا، متقابل، ساده، نوك‌تیز، به‌رنگ سبز تیره‌ومعطر دارد . گلهـای نسبتاً درشت وزیبای این گیاه رنگ سفیدوبوی‌مخصوص‌داردودراردیبهشت تاثیرظاهر می‌شود. میوهٔ آن بـه شکل سته ، بیضوی یا مدور، به‌رنگ سیاه مایل به آبی‌و دارای طعمی گس ورزینی است. برروی ساقه مورد برجستگیهایی بوجود می‌آید که از آن نیز درمصارف درمانی استفاده می‌شود .

قسمت مورد استفاده: ازبـرگ ومیوه این گیاه استفاده دارویـی به عمل مـی‌آید . (گاهی نیزبرجستگیهای روی ساقه).

زیستگاه: این گیاه درجنگلهاوزمینهای بایری که درآنها درختچه‌های کوچك روییده ونیز بین درختان زیتون ودامنه‌های کم درخت کوهستانها می‌روید. منطقهٔ پراکندگی آن‌در مدیترانه، آسیا وایران است.

ایران: درنواحی شمالی ایران‌ازجمله منجیل در اطـراف درختان زیتون ، شیراز، اصفهان، خرم‌آباد ویزد می‌روید.

ترکیبات واثر: درخت مـورد حاوی اسانس‌فراری‌بدنام دپاتنین (Depathhin) و نیز میرتنول (Myrtenol) است‌که هـر دو اسانس در اعضاء مختلف گیاه مخصوصاً در برگ یافت‌می‌شود واثردرمانی آن‌نیزمربوط به این ترکیبات است . علاوه براین مقداری نیز اسیدتانیك (تانن) واسیدهای آلی درآن یافت می‌شود. ازاسانسهای این گیاه که از طریق تقطیربرگها بـا بخارآب تهیه می‌شود برای مصارف داخلی‌واستعمال خارج‌استفاده مـی‌شود. در مصارف داخلـی بیشتر بـرای بیماریهای تنفسی ازقبیل برونشیت‌وسرفه‌های شدید اثرمفیدی دارد. این داروعلاوه‌براین‌ـ که فاصله سرفه‌ها را زیاد می کند(ضدسرفه)، همچنین خاصیت خلط‌آوری نیزداردوموجب تسهیل خروج خلط می‌شود. دراستعمال‌خارج خاصیت ضد عفونی‌کنندگی داردوبیشتربرای رفع ناراحتیهای مخاط دهان بکارمی‌رود.

مصرف: گرد مورد را بـه عنوان مقوی معده به مقدارپنج گرم قبل‌ازغذا مـی‌خورند. از دم کردهٔ ۲۵ در هزار بـرگ نیز استفاده می‌شود ، برای خـاصیت ضد عفونی‌کنندگی نیز ازاین دم‌کرده یا جوشانده برگ استفاده می‌شود .

دم‌کرده گیاهان بومی

تعدادی ازگیاهـان اگر به‌طریق صحیح انتخاب شوند یابطور مناسب تهیه‌گردند، می‌توانند به‌عنوان جانشین چای مصرف شوند.اکثراین‌گیاهان طبی نیز بوده وبحث دربارهٔ آنها جالب به‌نظرمی‌رسد.

باید روشن‌ساخت‌که هیچ‌یك ازگیاهان بومی انگلستان را نمی‌توان به‌خاطرخواص محرکی‌که چای دارد کاملاً جایگزین آن کرد. این خواص چای وقهوه نـاشی ازوجود کافئین آنهاست. دربین گیاهان کشور انگلستان هیچ‌گیاهی کافئین ندارد، ولی اگرازاثر محرك چای صرفنظرکنیم می‌توان بعضی ازگیاهان بومی راجانشین‌آن‌کرد.

بوی خوش چای‌که ازآن بسیار تمجید می‌شود دربرگهای تازه آن وجود ندارد و تنها طی جریان تخمیرکـه بعد از جمع آوری بطور مصنوعی روی برگها انجام می‌گیرد به وجود می‌آید. علاوه برآن، طعم چای به‌خاطرمقدار بسیارزیاد تانن‌آن است. درکشور انگلستان برای پیداکردن جانشینی برای چای یا باید درپی‌گیاهانی بودکه بوی خوش و تانن دارند، یا به‌دنبال‌گیاهان تانن‌داری‌که پس ازانجام عملیاتی برروی آنها بوی‌خوش پیدا می کنند.بدیهی است چنین‌گیاهانی نباید فعالیت دارویی مشخص داشته باشند زیـرا بدن انسان به‌اثرآنها عادت‌کرده ولذا به‌هنگام بیماری به‌گیاهی‌که به‌عنوان دارو مصرف می‌شود بخوبی پاسخ نخواهد داد.

از بین گیاهان معطر، لیموی ترش، نعناع صحرایی، آویشن وحشی یاآویشن بسیار مناسب است. نسترن نیز علیرغم بوی ضعیف بـه خاطر داشتن مـزهٔ مطبوع اسیـدی و نیز مقدار زیاد ویتامین ضد بیماری اسکوربوت(ویتامین C) به عنوان چـای خانگی ارزش زیادی دارد.

علاوه برگیاهانی‌که‌دربالا نام برده شد،گیاهان دیگری نیزوجود داردکه برگ‌آنها

حاوی تانن‌است واگر به‌طریق مناسب تهیه شود بووطعم آنها شبیه چای است. رجل‌الاسد، برگهای توت سیاه، توت فرنگی، تمشك وخرزهره ازجمله آنهاست. دربارۀ توت سیاه و رجل‌الاسد قبـلاً دراین کتاب توضیح داده شده‌است وتوت فـرنگی وتمشك نیز بخوبی شناخته شده‌اند و نیازی به‌شرح آنها دراینجا نیست. Rosebay willow – herb از خانوادۀ Chamaenerion angostifolium(L.) Scop=(Eplolium angusti Fulium L.)

ازتیره گل آویزیان، بطورمعمول درمناطق وزمینهای جنگلی وبیشه‌زارها اغلب به‌مقدارزیاد یافت می‌شود. گیاهی‌است پایا، باشاخه‌های غیرمنشعب وبیش‌ازیك مترارتفاع دارد. دارای برگهای یك درمیان نیزه‌ای وباریك به‌طول ۱۰ سانتی متر وپهنای یك سانتی متراست. گل آذین آن درانتهای ساقه چند دسی متر طول دارد. باگلهایی به‌رنگ گلهای یاس بنفش به پهنای یك سانتی متر با ۴ گلبرگ جدااست. میوۀ آن دراز، لوبیایی شکل وحاوی دانه‌های زیادی‌است که هریك بارشته‌های ابریشمی درازمانند میوه قاصدك توسط بادپخش می‌شود. برگهای این گونه‌ها اغلب به‌صورت چای تقلبی پیدا می‌شود.

برگ گیاهانی‌راکه دربالا نام‌برده شد می‌توان بیدرنگ پس ازجمع‌آوری خشکانند وسپس مانند چای مصرف کرد. تیزان‌های تهیه شده ازآنها به‌خاطر داشتن تانن طعم قابض دارد ولی زیاد معطر نیست. اگربرگها پیش از خشکاندن تخمیر شوند نوع چـای حاصل خیلی بهترخواهد شد. برای این‌کار، برگهای تازه (اززمان بازشدن تاآغازگل دادن) را به مقدارزیاد جمع‌آوری می‌کنند زیرا مقادیرکم به سختی تخمیر می‌شود. برای تخمیر، برگهایی راکه تازه گردآوری شده به‌مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت درسایه ودرمحلی‌که به‌اندازۀ کافی گرم باشدقرارمی‌دهند به‌طوری‌که بدون‌این‌که زیاد خشك شوند پلاسیده شوند، سپس آنهارا درلایه‌های نازك می گسترانند وبه‌وسیلۀ یك وردنه‌ی‌که روی‌آن می‌غلطانند شدیداً آن‌رامی‌کوبند. عمل‌تخمیرسپس به‌وسیلۀ پیچیدن برگهای‌کوبیده دریك پارچه وقراردادن این بسته‌ها درمحل گرم درحرارت ۲۰ تا ۴۵ درجۀ سانتی‌گراد وباحرارت بیشتری‌که به وسیلۀ خود برگها تولید می‌شود، انجام می گیرد. اگر این حرارت ایجاد شده خیلی زیاد نباشد آنهارا برای دوروز می‌گذارند بماند، وگرنه یك‌روزکافی است. برای پایان عمل، برگهای تخمیرشده را درمعرض هوا وسایه یادریك خشك‌کننده ودرحرارت حداکثر تا ۵۴ درجه سانتی‌گراد می‌خشکانند. درنتیجه‌این‌کار، برگها کم وبیش قهوه‌ای رنگ می‌شود.

بسیاری‌ازمردم یك یاچند نوع ازاین چای‌ها رامصرف می‌کنند ولی‌اغلب مخلوطی ازچندگیاه معطروتانن‌داررا‌انتخاب می کنند. این مخلوطها چون‌اثردرمانی مشخصی‌ندارند کاملاً براساس ذائقه تهیه می‌شوند. درپایان چند مخلوط را درزیرمعرفی می کنیم :

۱– برگ توت سیاه ۴ قسمت، برگ تمشك ۲ قسمت، برگ توت‌فرنگی ۲ قسمت، شکوفه لیموترش ۱ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت.

۲– برگ Roseberry willow – herb ۲ قسمت، بـرگ توت سیاه ۲ قسمت،

شکوفه لیموترش ۲ قسمت، آویشن وحشی ۲ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت، بومادران ۱ قسمت.

۳ـ شکوفه لیموترش ۱ قسمت، آویشن وحشی ۱ قسمت، نعناع صحرایی ۱ قسمت.

درهنگام تهیه چای (تیزان) نباید آن را به مدت طولانی حرارت داد. آب سرد را می‌توان روی برگها ریخت وبه‌نقطهٔ جوش‌رسانید وگذاشت تا بماند ویامی‌توان آب‌جوش را روی برگهایی‌کـه قبلا دریك ظرف گرم قراردارد ریخت وبرای این‌کار ظروف دیگر مناسب‌ترازظروف فلزی است.

فهرست بعضی از بیماریها و گیاهانی که برای درمان آنها بکار می‌رود

دراین فهرست بیماریهای خطرناك و وخیم را به‌عمد حذف کرده‌ایم. این بیماریها را باید فقط پزشك با استفاده از داروهای طبیعی وصناعی بسیارقوی درمان کند. فرد معمولی نمی‌تواند بدون خطر این داروها را مصرف کند. ضمنا توانسته‌ایم با دادن هشدارهای لازم بعضی بیماریهایی را که گیاهان دارویی ممکن است به‌درمان آنها کمك کند ذکر کنیم.

کسالتهای جزیی نظیر التهاب غشاء مخاطی دستگاه گوارش، سردردهـای تکراری، خشك شدن گردن وغیر آنها ممکن است علایم اولیه بیماریهای خطرناکتری باشد که اگر نشانه‌های آن سریعاً ازبین نرود باید دررساندن بیمار به‌پزشك درنگ ننمود وبخاطر داشت مرضی که به‌سرعت درمان شود آسانتر اززمانی که پیشرفته است شفا می‌یابد.

برای هر بیماری گیاهانی را که به‌درمان کمك می کند ذکر کرده وموثرترین آنها را درابتدا آورده‌ایم این دسته بندی نیز براصول اساسی متکی نیست زیـرا ممکن است گیاهانی که تصورمی‌شود کم اثرترند دربعضی موارد بیشترین اثررا داشته باشند.

روش‌های تهیهٔ گیاهان دارویی در صفحات ۱۲ و ۱۳ آمده است و دراینجا تنها به مواردتکمیلی اشاره می کنیم. همیشه، به‌ویژه درمواقعی که ازمخلوط گیاهان مختلف استفاده می‌شود، باید توجه داشت که بامقادیرمناسب تهیه شوند. (فهرست بیماریها براساس الفبای انگلیسی تنظیم شده‌است) .

کم‌خونی anemia

این بیماری بایـد تـوسط پزشك درمان شود. گیاهان کلروفیل‌دار ازجمله گـرد یـاسالاد گزنه می‌تواند درمان‌را کامل کند. برای معالجه کم‌خونی وخیم (Pernicious anemia) گیاهی وجود ندارد.

بی‌اشتهایی (Appetite (lack of

بی‌اشتهایی ممکن است علامت اولیه یک بیماری جدی‌تر، یا نتیجه مرضی باشد که بیمار به‌آن مبتلا است. داروهای مصرفی اساساً داروهای حاوی مواد تلخ یا اسانسهای فراراست. اگر بی‌اشتهایی با یک بیماری خطرناك یا یك عفونت همراه باشد گیاهان دارویی مورد استفاده باید برروی عفونت اثر درمانی نداشته باشد. داروهایی که برای درمان بی‌اشتهایی مصرف می‌شوند به‌شکل تیزان نیم‌ساعت پیش از غذا خورده می‌شوند و شامل گیاهان زیراند :

white mugwort ، افسنطین، جنیتانا (کوشاد) ، اکسیر تـرکی ، سنبل ختایی ، آنژلیك، نعناع صحرایی، نعناع، Alpine mugwort، زیرهٔ سیاه، سروکوهی، قنطوریون، بومادران، زوفا، زنجبیل شامی، سداب، گزنه سفید.

تصلب شرایین arteriosclerosis

این بیماری با گیاهان معالجه نمی‌شود. گیاهان دارویی که نام برده شدند اصولاً فشارخون را که تقریباً همیشه در این بیماری بسیار بالاست پایین می‌آورند بدین ترتیب بعضی از علایم ناخوشایند تصلب شرایین را کاهش می‌دهند و این اثر پایین‌آورنده فشارخون همیشه ضعیف است. گیاهان مورد استفاده عبارتند از:

سیر، والك، به (تنها یامخلوط) وسنبل‌الطیب (والریان).

آسم asthma

آسم به‌دلایل گوناگون ایجاد می‌شود و با گیاهان دارویی نمی‌توان آن را درمان کرد اما می‌توان این بیماری را تسکین داد. در این مورد از گیاهان دارویی زیر استفاده می‌شود:

بنگ‌دانه، داتوره (به‌شکل سیگار)، مامیران، سنبل‌الطیب، رازیانه (تنها یامخلوط).

صفرا Bile

سنگ صفراوی و التهاب مجرای صفراوی بایـد توسط پـزشك درمان شود، ولی بـرای نارسایی‌های ترشح صفرا می‌توان از گیاهان دارویی زیر استفاده کرد:

نعناع، نعناع صحرایی، ریشه بسفایج، قاصدك، گل جعفری، گزنه سفید (تنها یامخلوط).

التهاب مثانه (Bladder (inflamation of

التهاب مثانه همیشه در اثر عفونت باکتریایی ایجاد می‌شود و برای درمـان آن امروزه از آنتی بیوتیکها وفرآورده‌های صناعی که بسیار مؤثرتر از تـرکیبات گیاهی است استفاده می‌شود. از داروهای گیاهی زیر تنها به‌عنوان کمك درمانی استفاده می‌شود.

انگور خـرس، توس (غان) ، بابونه ، مـرغ ، Lady's bedstraw که همهٔ این گیاهان به‌تنهایی یامخلوط مصرف می‌شوند که به‌آنها سیاه توسه رانیز می‌توان اضافه کرد.

کورکها (وبعضی زخمها) Boils (and some ulcers)

برای درمان سیستمیك آنها پزشك آنتی بیوتیکها را بکارمی گیرد. جهت درمـان موضعی کمکی ازدم‌کرده (انفوزیون) گیاهان که به‌صورت کمپرس داغ یاشستشو استفاده می‌شود. ازله شده گیاهان تازه نیزمی‌توان استفاده کرد. کورکها اگربسرعت شفا نیافتند ممکن‌است منجر به‌مسمومیت خونی بشوند. اگرکورکها باتب یادردهمراه باشند یاحتی درزیر بغل یا کشاله ران برآمدگی ایجادکنند باید فوراً به‌پزشك رجوع کرد.

شستشودهنده‌ها mallow برگ ختمی ، آویشن، آویشن وحشی ، مرزنگوش و کمپرس گرم،بزرك،شنبلیله mallow.

مالیدن‌له شده گیاه : sanicle ، orpine گل ناز، والك، golden rod و گـل شیپوری.

برونشیت Bronchitis

به Cough (سرفه) و Bronchitis (برونشیت) رجوع شود.

سوختگیها burns

سوختگیهای کوچك را می‌توان بـه کمك گیاهان تانن‌دار ، بـرای تسکین درد وتسریع بهبودی، درمان‌کرد ولی سوختگیهای شدیدتررا نباید باداروهای تانن‌دارمعالجه‌کرد زیرا این‌داروها یك‌لایه سطحی نفوذناپذیر بوجود می‌آورند که میکروارگانیسمهای تولیدکننده مواد سمی درآن‌رشد می‌کنند. لازم‌است‌که سوختگیهای وسیع توسط پزشك درمان‌شوند. داروهای گیاهی که برای معالجه سوختگیها بکاربرده می‌شوند عبارتند از:

پوست بلوط، Tormentilla، پوست نارون و avens، وپوست درخت گز.

ناراحتیهای قلبی Cardiac Complaints

بیماریهای قلبی بـاید بـه وسیلهٔ پـزشك معالجه شود ولـی اختلالات مـلایم اعصاب قلب را می‌توان بااستفاده اززالزالك یا داروواش درمان‌کرد.

چایمان Chills

دراین موارد ازداروهای تب‌بروعرق‌زا استفاده می‌شود:

پوست بید، ریش بز، لیموترش، آقطی، راج، تاج‌الملوك (فـرآورده‌های هوموـ پاتیك) ، dwarf thistle وبنفشه (تنها یا مخلوط) .

سرماخوردگیها Colds

به Chill (چایمان) رجوع شود.

گیاهان زیر برای بخوردادن توصیه می‌شود: نعناع صحرایی، آویشن، آویشن وحشی ومرزنگوش.

یبوست Constipation

سیاه توسه، ریواس، سنجد تلخ، بزرگ، دانه‌های ـ Alpine Plantain به، رازیانه و شیرین بیان.

کوفتگیها Contusions

به heamatoma (خونمردگی) مراجعه شود.

سرفه، برونشیت، التهاب غشاهای مخاطی Cough, Bronchitis , catarrhs

سرفه با داروهای تسکین دهنده، خلط آور و تضعیف کننده سرفه درمان می‌شود:

خلط آورها: پامچال طبی، چوبه (غاسول)، بنگ سفید (گل ماهور)، انیس، جوانه کاج، پای خر، آویشن و آویشن وحشی.

تسکین دهنده های سرفه: رازیانه، انیس سبز، آویش و drosera

مرض قند diabetes

مرض قند باید تحت نظر پزشک بااستفاده از داروهای ویژه‌ای مانند انسولین وداروهای ضد دیابت صناعی درمان شود. گیاهان دارویی زیرمی‌توانند تاحدودی به‌درمان طبی کمك کنند:

لوبیای قرمز، سداب تیز، برگ زغال اخته، برگ انواع گزنه وبرگ گردو.

اسهال diarrhoea

دراثرعوامل مختلفی ایجاد می‌شودکه عفونتها، اختلالات عصبی دستگاه گوارش ومسمومیتهای غذایی اهمیت بیشتری دارد. اگراسهال باتب همراه باشد حتماً باید باپزشك مشورت کرد. گیاهاتانن‌دار یا اسانسهای فرادبرای درمان اسهال به‌کارمی‌رود: Tormentilla، پوست بلوط، زغال اخته خشك شده، انجبار، پوست نـارون، علف نقره‌ای، پامچال، گل آویز، آویشن وحشی، مرزنگوش، نعناع صحرایی، نعناع. مریم نخودی(به‌تنهایی یامخلوط) و گل انار.

اختلالات گوارشی Digestive disturbances

به Appetit (lack of) (بی‌اشتهایی) و Stomach (ache, heaviness) (درد و سنگینی معده) رجوع شود.

خیز (ورم) dropsy

درمان جدید ورم عمومی بااستفاده از داروهایی موثرتراز گیاهان دارویی زیراست که در دسترس مردم عادی قراردارد:

ارس (سروکوهی) ، توس (غان) ، ruptur wort، بنفشه وحشی، انجدان رومی، میوه جعفری، چوبه (غاسول)، مرغ.

بثورات جلدی eruptions

بثورات جلدی غالباً ازاختلالات گوارشی (یبوست، عفونتهای مختلف) ناشی می‌شود و درمان خارجی نیز باید همراه بادرمان داخلی یادست‌کم یك مسهل همراه باشد.

فرآورده‌های زیربه صورت کمپرس مالیدنی بکارمی‌روند:

بابونه، مرزنگوش، آویشن، بنفشه وحشی، پوست بید، چوبه ، herb robert و Chervil (به‌تنهایی یا مخلوط).

التهاب چشم Eyes (inflamation)of

بیماریهای چشمی باید بادقت زیاد معاینه شوند وبیدرنگ به‌پزشك رجوع شود. فرآورده‌های حاوی گیاهان دارویی زیرمعمولاً به‌شکل لوسیون چشمی وبااستفاده ازیك چشم‌شویه بکارمی‌روند: بابونه رومی، رازیانه، سداب، برگهای mallow ، ختمی و eyebright (به تنهایی یا مخلوط) . دم‌کرده‌های مورد استفاده در بیماریهای چشمی را باید تازه تهیه کرد.

خستگی fatigue

برای دفع خستگی می‌توان ازگیاهان حاوی ویتامین C نظیرنسترن و عروسك پشت‌پرده

نفخ Flatulence

برای ازبین بردن نفخ می‌توان از زیره سیاه ، رازیانه ، نعناع صحرایی ، سپر، والك ، بومادران، alpine mugwort به‌تنهایی یا مخلوط بایکدیگر استفاده‌کرد.
استفاده کرد.

نقرس gout

تعدادی از داروها اگرچه نقرس را درمان نمی‌کنند اما درد آن را تسکین می‌دهند و از گیاهان دارویی زیرمی‌توان استفاده کرد:

داخلی: سورنجان (افرادمعمولی‌فقط‌می‌توانندفرآورده‌های‌هوموپاتیك‌آن‌رامصرف‌کنند)، حشیشة‌الفقرا (hedge hyssop) ، توس، سروکوهی.

خارجی : تمیس، سنفیتون (به‌ویژه ریشهٔ تازه‌آن) .

التهاب لثه‌ها Gums (inflamation of)
به Mouth (دهان) رجوع کنید.

خون مردگی haematoma
خون مردگی را می‌توان به‌وسیلهٔ گیاهانی درمان کرد که به جذب مجدد خون از بافت‌های کوفته شده کمک می‌کنند مانند:

همیشه بهار کوهی، تمیس، سنفیتون، علف چای، تخم بزرک، دانه‌های شنبلیله، شکوفه لیموترش و گل شب‌بوری. این گیاهان را خرد کرده، باآب بسیار داغ مخلوط کنید تا خمیری بدست آید وسپس آن‌را درمحل خون‌مردگی بمالید.

افزایش فشارخون hypertension
تمام گیاهان زیرعملاً تنها به‌طور موقت فشارخون را پایین می‌آورند ولذا درمان با آنها باید برای مدتی طولانی ادامه یابد. عصارهٔ گونه‌های گرمسیری رووافیا (Rawolfia) و خربق سفید داروهای پایین آورندهٔ فشار خـون بسیار فعالی بدست می‌دهندکه باید فقط تحت نظارت پزشك مصرف شوند. ازمیان گیاهان بومی انگلستان می‌توان ازسیر، والك، دم اسب، دارواش، زالزالك (به‌تنهایی یامخلوط) نام برد.

انفلونزا Influenza
به chills (چایمان) رجوع شود.

بیخوابی insomnia
گیاهان زیرکه می‌توان آنها را به‌دست آورد تنها در موارد ضعیف بیخوابی موثر است:
سنبل‌الطیب، رازك، رازیانه وانیس سبز.

یرقان Jaundice
به Bile (صفرا) رجوع شود.

زیادی قاعدگی Menstruation, profuse
این‌ناراحتی‌رامی‌توان تاحدودکمی به‌وسیلهٔ گیاهان دارویی ازبین برد اما پزشك روشهای موثرتردیگری بکار می‌گیرد. خونریزی بجزدوران قاعدگی طبیعی را قطعاً باید بامشورت پزشك درمان‌کرد ولی ازگیاهان زیرنیزممکن است استفاده شود:
alpine ladys' mantle, lady's mantle ،کیسه‌کشیش، Tormentilla

نفخ Meteorism
به Flatulence (نفخ) رجوع شود.

التهاب دهان Mouth (inflammation of)

ازدم‌کردهٔ گیاهان زیر به‌صورت دهان شویهٔ یا غرغره استفاده می‌شود:

مریم‌گلی، آویشن، Tormentilla ، پوست بلوط، herb robert

تهوع Nausea

به Vomiting (استفراغ) رجوع شود.

رماتیسم Rheumatism

دربیمارانی‌که مبتلا به‌رماتیسم هستند لازم‌است‌که ادرار ونمکهای معدنی به‌طورمنظم دفع شوند بنابراین‌ازگیاهان ملین‌ومدرهمراه‌با گیاهانی‌که‌درد راکاهش‌می‌دهنداستفاده می‌شود:

داخلی: سروکوهی، توس، بلوط وجعفری.

خارجی : گل شیپوری، گزنه ورومارن (اکلیل‌کوهی) .

درد معده Stomach (ache)

اگردرد درفواصل زمانی‌کوتاه تکرارشود باید باپزشك مشورت شود. گیاهان زیردرد را تسکین می‌دهند:

بابونه وحشی، بابونه، نعناع صحرایی، زیره سیاه ومامیران.

سنگینی معده Stomach (heaviness of)

درمواردی‌که عمل هضم معده به آهستگی انجام می‌گیرد (سنگینی معده) ازگیاهان مورد استفاده درموارد بی‌اشتهایی استفاده می‌شود.

آفتاب زدگی Sunstroke

به Burns (سوختگیها) رجوع شود.

التهاب لوزه‌ها Tonsillitis

گلودردهای حادکه به‌طور متناوب عود می‌کنند به‌مراقبتهای پزشکی نیازدارند. دراین مواردگیاهان دارویی معمولاً به‌صورت تیزان وغرغره به‌کارمی‌رود. همچنین می‌توان برخی گیاهان زیررا تامدتی جوید بطوری‌که بزاق دهان انتهای‌گلورا مرطوب‌کند:

مریم‌گلی، آویشن، آویشن وحشی، آویشن شیرازی.

واریس (خونریزی) Varicose veins (bleeding)

دراین مورد باید مراقبتهای پزشکی لازم انجام‌گیرد. گیاهانی‌که تحت عنوان wound - Healing به‌آن‌هااشاره شده است به‌ویژه سنفیتون ،به‌درمان واریس وریدهاکمك می‌کنند.

استفراغ Vomitting

نعناع صحرایی، نعناع، افسنطین، قنطوریون، انواع بابونه، به‌تنهایی یا به‌شکل مخلوط با مقادیریکسان.

باد wind

به Flatulence (نفخ) رجوع شود.

درمان زخمها wound healing

برای کمك به‌درمان زخمها می‌توان گیاهان دارویی‌رابه‌صورت لوسیون، مالیدنی یا له‌کرده به‌کاربرد وبدین منظورگیاهان حاوی اسانسهای فرار یا تانن‌ها بیشترمصرف می‌شوند.

بابونه ، آویشن ، مرزنگوش ، همیشه بهارکوهی (چشم‌گاو) ، Sanicle سنفیتون ، علف چای و herb robert.

واژه نامهٔ انگلیسی به‌فارسی

Acaulous	بی‌ساقه
Achene	فندقه
Acotyledons	بی‌لپه‌ایها
Actinomorph	منظم
Adente	متصل- بهم چسبیده
Adventive	نابومی
Aerobic	هوازی
Algae	جلبکها
Allopathy	الوپاتی
Allopatric	ناهم بوم
Amplexicaul	ساقه‌آغوش
Anaerobic	ناهوازی
Anatropous	واژگون تخمك
Androecium	نافه
Angiospermae	نهاندانگان
Anisogamy	ناجورگانی
Annular	حلقوی ــ حلقه‌وار- حلقه مانند
Anther	بساك
Apetalous	بی گلبرگ
Aphyllous	بی برگ

Apocarpous	جدابرچه
Autumn xylem	چوب پاییزه
Axil	محوری ـ واقع درمحور
Axile placentation	تمکن محوری
Beak	منقار
Berry	سته
Bidentate	دودندانه
Biennial	دوساله
Bif'orate	دوگله
Bilabiate	دولبه
Bilocular	دوخان
Bipinnate	دوشانه‌ای
Blastomere	جوانه
Botanist	گیاه شناس
Botany	گیاه شناسی
Bract	برگه
Bractea	برگه
Bracteole	برگک
Branch	شاخه
Bud	جوانه
Budding	جوانه زدن
Calicifloree	کالیسیفلورها
Callosity	برجستگی
Calyptra	کلاهه
Calyx	کاسه
Cambium	لایهٔ زاینده
Campanulate	استکانی
Campylotropous	کج تخمك
Capitulum	کلاپرك
Capsule	پوشینه
Capsule	سرپوش
Capsule	کپسول
Carpel	برچه

Carpology	میوه شناسی
Caryopsis	گندمه
Catkin	دم گربه‌ای
Caudicle	پایچه
Central placentation	تمکن مرکزی
Cepal	کاسبرگ
Chloroplast	پلاست سبزینه‌دار، کلروپلاست
Cluster	سنبله
Columella	ستونك
Conjugation	گشنگیری
Cordate	قلبی شکل
Coriaceous	چرمی (مانند برگ خرزهره)
Cork	چوب پنبه
Corolla	جام
Corymbe	دیهیم
Cotyledon	لپه
Crenate	کنگره‌ای
Cryptocarpous	نهان بر
Cryptogamia	نهانزادان
Cultivation	پرورش ـ کشت
Cutin	کوتین
Cutinisation	کوتینی شدن
Cutting	قلمه
Cyme	گرزن
Cyme biparous	گرزن دوسویه
Cyme uniparous	گرزن یکسویه
Deciduous	برگ‌ریز
Decoction	جوشانده
Decussate	یك درمیان
Dehiscence	شکوفایی
Dehiscente	شکوفا
Dentate	دندانه‌دار
Dialypetalous	جدا گلبرگ

Dichotomous	دوبخشی
Diclinous	یك جنسی
Dicotyledon	دولپه‌ای
Didymous	دوبخشه
Digitatc	انگشتی
Dioecious	دوپایه
Disc	قرص
Dispermous	دودانه
Dissepiment	جدار
Distichous	دورجی
Drupaceous	شفتی، شفت مانند
Drupe	شفت
Drupelet	شفتك
Drupeole	شفتك
Endocarp	درون بر
Endoplyte	درون‌روی
Endosperm	آندوسپرم
Epicarp	برون بر
Epidermis	بشره
Epigynous	برمادگی
Epirhizous	ریشه‌روی
Escape	خودرو
Exotic	غیربومی
Ferns	سرخس
Filament	میله
Filiform	نخی شکل
Fleshy	گوشتالو
Flora	گیا
Floral bud	غنچه
Floret	گلچه

Flower	گل
cle	برگه
Fructiferous	میوه‌بر
Fructification	بارآوری
Fruit	میوه
Frutescent	بوته‌ای
Funiculus ;Funicle	بند
Fusiform	دوکی شکل
Gamopetalous	پیوسته گلبرگ
Gamosepalous	پیوسته کاسبرگ
Germination	رویش
Glabrous	بی کرك
Glume	پوشینه
Glycoside	گلیکوزید
Graminacea	گندمیان
Gymnospermae	بازدانگان
Gynoecium	مادگی
Gynophore	برچه‌بر
Hair	کرك
Hairy	کرکین
Herb	علف
Herbaceous	علفی
Herbicide	علف‌کش
Hermaphrodism	نرمادگی
Hermaphrodite	نرماده
Heterophyllic	ناجوربرگی
Heterophyllous	ناجوربرگ
Heterosporous	ناجورهاگ
Heterostyle	ناجورخامه
Hilum	ناف
Homeopathy	هموپاتی
Homosporous	جورهاگ
Hybrid	دورگه

Hypoderme	زیرپوست
Hypogynous	مادهٔ زیر
Imparipinate	تك شانه‌ای
Indehiscent	ناشکوفا
Inerm	بی‌خار
Inflorescence	گل‌آذین
Infusion	دم کرده
Inulin	اینولین
Involucel	گریبانك
Involucre	گریبان
Keel	تیغه اصلی گندم
Kernel	مغزدانه
Lamina	پهنك
Lanceolate	برگ نیزه‌ای
Latex	شیرابه
Laticiferous	شیرابه‌بر
Leaf	برگ
Leaf blade	پهنك
Leafless	بی برگ
Leaflet	برگچه
Legume	نیام
Lichens	گلسنگها
Lignification	چوبی شدن
Lignin	لیگنین
Ligule	زبانك
Lobe	لب
Maceration	خیساندن
Medicinal	دارویی
Megasporangium	کلان هاگدان
Megaspore	مگاسپور
Mericarp	مریکارپ
Meristem	مریستم
Mesocarp	میان‌بر

Metaxylem	چوب پسین
Micropyle	سفت
Microsporangium	خردهاگدان
Microspore	خردهاگ
Monadelphe	مونادلف
Monocarp	تك برچه
Monochasium	گرزن یك سویه
Monocotyledonous	تك لپه
Monoecious	یك پایه
Monopetalus	تك گلبرگ
Multiflorous	پر گل
Nectar	نوش
Nectary	نوشگاه
Nervation	رگبرگ آذین
Nervure	رگبرگ
Nourishing layer	لایهٔ غذا دهنده
Obovate	برگی که به‌شکل تخم‌مرغ وارونه است.
Ochrea	نیام
Ocrea	نیام
Operculum	برپوش
Orbiculate	گرد،کروی
Orthotropous	راست تخمك
Ovary	تخمدان
Ovate	تخم مرغی ، به‌شکل تخم مرغ
Oviduct	تخمبر
Ovule	تخمك
Palmate	پنجه‌ای
Panicle	خوشهٔ افشان
Papilionaceous	پروانه‌وار
Parasite	انگل
Parietal placentation	تمکن‌کناری
Pedicel	پایك
Peduncle	دمگل

Perenial	پایا
Perianth	گل پوش
Pericarp	فرابر
Persistent	پایدار
Petal	گلبرگ
Petiole	دمبرگ
Phanerogamia	پیدازادان
Phellem	چوب پنبه
Phloem	آوند آبکش
Phycology	جلبك شناسي
Phyllode	پهن برگ
Phyllotaxis	برگ آذین
Phylum	شاخه
Phytomastigina	تاژکداران گیاهی
Phytozoa	گیاهی شکلان
Piliferous layer	لایه تارهای کشنده
Pinnate	شانه‌ای
Polygamous	چندگان
Piping	قلمه زدن
Pistil	مادگی
Pith	مغز
Pitted vessel	آوند منقوط
Placenta	جفت
Placentation	تمکن
Plant	گیاه
Plantule	گیاهك
Plumule	ساقه‌چه
Pollen	دانهٔ گرده
Pollen chamber	اطاق گرده
Pollination	گرده افشانی
Pollinie	پولینی
Prickle	خار
Protective tissue	بافت محافظ

Prothallus	پهنك
Pteriodophyta	نهانزادان آوندی
Pyxidium	مجری
Raceme	خوشه
Rachis	محور
Radicant	ریشه‌ده
Radicel	ریشه‌های فرعی
Radicle	ریشه‌چه
Receptacle	نهنج
Reniform	برگ قلوه‌ای شکل
Reticulate	مشبك
Revolute	لب بر گشته، پیچیده
Rhizogenesis	ریشه‌زایی
Rhizogenic	ریشه‌زا
Rhizoid	ریشه‌نما
Rhizome	ساقهٔ زیرین
Root	ریشه
Root cap	کلاهك
Poot – hairs	تارهای کشنده
Rossette	طوقی
Saponins	ساپونین
Scalariform vessel	آوند نردبانی
Scale	پولك
Sclerenchyma	اسکلرانشیم
Sepal	کاسبرگ
Serrate Leaf	برگ دندانه‌دار
Sessile	بی‌ساقه
Shrub	درختچه
Sieve tube	آوند آبکش
Silicula	خورجینك
Siliqua	خورجین
Sinuate leaf	کنگره‌کنگره ، برگ حاشیه‌موجی
Sorus	هاگینه

Spathe	اسپات
Species	گونه
Spike	سنبله
Spikelet	سنبلك
Sporangium	هاگدان
Spore	هاگ
Sporophyte	اسپوروفیت
Sporulation	هاگزایی
Spring xylem	چوب بهاره
Spur	مهمیز
Stamen	پرچم
Standard petal	درفش
Stem	ساقه
Stigma	کلاله
Stipule	گوشواره
Striped vessel	آوند مخطط
Style	خامه
Sympatric	هم بوم
Tea	دم کرده
Taxonomy	علم رده‌بندی وشناسائی گیاهان
Terminal	انتهایی
Thallus	ریسه
Tisan	تیزان
Trachea	آوندکامل
Tracheid	آوند ناقص
Tree	درخت
Tuber	تکمه، غده زیرزمینی
Tubercule	غده زیرزمینی، تکمه
Umbel	چتر
Umbelliform	چتری شکل
Umbellule	چترك
Uuiflorous	يك گله
Unifoliolate	يك برگچه‌ای

Unilabiate	یك لبه
Unilocular	یك خانی
Uniparous cyme	گرزن یك‌سویه
Unisexual	یك جنسی
Vascular	آوندی
Vascular bundle	دستجات آوندی
Vascular cryptogamia	نهانزادان آوندی
Vessel	آوند
Volubile	پیچ
Whorl	فراهم
Wing	بال
Xylem	آوند چوبی

واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

آلوپاتی Allopathy

درمان با داروهایی که تأثیری برخلاف اثر ناشی‌از بیماریها دارند مانند طب کنونی غرب .

آندوسپرم Endosperm

بافت غذایی درون تخمك بازدانگان است که تعداد کروموزومهای یاخته‌های آن مساوی است.

آوند Vessel

مجاری باریکی‌است که دربخش‌چوب گیاه قراردارد ودرداخل آنها آب‌وموادمعدنی جریان دارد. از یاخته‌های طویلی‌که به دنبال یکدیگر قرارگرفته‌اند تشکیل شده است. علاوه برعمل انتقال مواد مختلف دراستحکام‌گیاه نیزمؤثراست.

آوندآبکش Sieve Tube ; Phloem

مجرای باریك وطویلی است که ازیاخته‌های دراز وزنده‌ای تشکیل شده‌است ودر داخل آن شیرهٔ پرورده جریان دارد.

آوند چوبی Xylem

نوعی بافت‌آوندی است‌که آب ومواد معدنی اندامهای‌گیاهی درداخل آن جریان دارد وموجب استحکام‌گیاه می‌شود.

یاخته‌های این بافت ابتدا جدار عرضی دارندکه بعداً ازبین می‌رود. گاهی جدار

عرضی دربعضی ازگیاهان باقی می‌ماند. این‌آوندها به دودسته تقسیم می‌شوند: آوندهای ناقص و آوندهای کامل.

آوندکامل Trachea

لولهٔ پیوسته‌ای است که ازروی هم قرارگرفتن یاخته‌های مـرده تشکیل شده است. جدارجداکنندهٔ عرضی این یاخته‌ها ازبین رفته است. تزیینات چوبی‌که درجدارطولـی این‌یاخته‌ها ظاهرمی‌شود انواع‌آوندهای زیررا به‌وجود می‌آورد: مشبك، مخطط ومنقوط.

آوند مخطط Striped vessel

یکی ازانواع آوندهای‌کامل است‌که درآن تزیینات چوبی جدارطولی بـه شکل خطوطی ظاهرمی‌شود.

آوند منقوط Pitted vessel

یکی ازانواع آوندهای‌کامل است‌که درآن تزیینات چوبی جدار طولـی به‌شکل نقطه‌هایی ظاهرمی‌شود.

آوند ناقص Tracheid

لوله‌ای است‌که از روی هم قرارگرفتن یاخته‌های مرده تشکیل شده است. جـدار جداکنندهٔ عرضی این یاخته‌ها باقی مانده‌است وتزیینات چوبی‌که درجدار طولی آنهـا ظاهرمی‌شود انواع زیررا تولید می‌کند: مارپیچی، حلقوی، نردبانی وقرصی.

آوند نردبانی Scalariform vessel

یکی ازآوندهای ناقص است‌که درآن تزیینات چوبی جدار به‌شکل‌پله‌های نردبان است. مانند آوند نردبانی سرخس.

آوندی Vascular

مربوط به مجاری یا لوله‌هایی است‌که موادگوناگون درداخل آنها جریان دارد. درگیاهان این مواد عبارتند از : آب، موادکانی ومواد آلی مختلف‌که در نتیجهٔ عمل نور ساخت تشکیل می‌شوند.

اسپات Spathe

براکته بزرگ وبرگ مانند یا نازك و غشایی است که پوشش‌کاملی برای برخی گل‌آذین‌ها ، نظیرگل‌آذین‌اسپادیس، بوجود می‌آورد مانندگل شیپوری.

اسپوروفیت Sporophyte

مرحلهٔ $2n$ کروموزومی است که در گیاهان بی‌گل مانند خزه‌ها، سرخسها و غیره از تشکیل تخم شروع گردیده به پیدایش‌ها گ ختم می‌شود. مرحلهٔ n کروموزومی، گامتوفیت نامیده می‌شود.

استکانی Campanulate

اسکلرانشیم Sclerenchyma

نوعی بافت پارانشیم است که موجب استحکام اندامهای گیاهان می‌شود. یاخته‌های این بافت جدارضخیم دارند و به‌علت چوبی شدن سخت شده‌اند. معمولاً بافتهای پیر فاقد اجزاء زنده هستند. هستهٔ سخت بیشترمیوه‌ها ازجنس این‌بافت است.

اطاق‌گرده Pollen chamber

حفره‌ای است که در درون تخمك رسیده وجود دارد. مانند اطاق گردهٔ تخمك‌کاج.

انتهایی Terminal

بخشی ازاندام که درانتهای آن واقع شده‌است. مانند جوانهٔ انتهایی که درانتهای ساقه یا شاخه‌ها قراردارد.

انگشتی Digitate

مجموعهٔ برگچه‌های یك برگ مرکب ویا عضودیگری ازگیاه است که همهٔ آنها به‌یك نقطه منتهی می‌شوند و ظاهری شبیه انگشتان دست را پیدا می‌کنند مانند برگ شاه بلوط.

انگل Parasite

جانداری است که ازنظر تغذیه وابسته به‌جاندار دیگری است. برخی از آنها جزء گیاهان وبرخی دیگر ازجملهٔ جانوراند. برخی درداخل بدن میزبان زندگی می‌کنند و بعضی دیگر برروی بدن آن ثابت می‌شوند. گروهی ازآنها درشرایط خاصی می‌توانند مستقل زندگی‌کنند. گروهی به میزبان‌آسیب می‌رسانند وگروهی بی‌ضررند.

اینولین Inulin $(C_6H_{10}O_5)_n$

یك پلی ساکاریدگیاهی‌که دراثر هیدرولیز لوولز می‌دهد.

بارآوری Fructification

کیفیت تشکیل میوه.

بازدانگان Gymnospermae

گروه‌بزرگی از گیاهان گلدارندکه به‌علت دارا بودن تخمکهای آزاد وبدون‌پوشش ازسایر گیاهان گلدار (نهاندانگان) مشخص می‌شوند. مانند سرو و کاج.

بافت محافظ Protective tissue

نوعی بافت گیاهی است که با افزایش سن اندامهایی مانند ریشه وساقه، جانشین یاخته‌های روپوست آنها می‌شود. یاخته‌های آن معمولاً مرده وغیرقابل نفوذاند.

بال wing

یکی از گلبرگهای جانبی گل لوبیا است که قرینهٔ گلبرگ نظیراست .

برپوش Operculum

نوعی سرپوش است که روی بعضی ازاندامها ومخصوصاً میوه‌ها را می‌پوشاند . این پوشش پس از رسیدن میوه جدا می‌شود .

برجستگی Callosity

۱ـ ناحیه‌های ازپوست روی ساقهٔ گیاه که ضخیم وسخت است.

۲ـ بخش برآمده‌ای است که درروی اندامهای مختلف ممکن است به وجودآید. این برجستگیها ضخیم وسخت‌اند .

برچه Carpel

واحد ساختمانی مادگی گل است. عضوی است که درآغاز تشکیل، شبیه برگ ساده است وبعد تغییراتی حاصل می‌کند وتبدیل به‌برچه می‌شود، حاوی تخمکها است.

برچه‌بر Gynophore

پایه‌یا میله‌ای است که تخمدان را نگهداری می کند. امتداد نهنج درفاصلهٔ بین پرچمها ومادگی.

برگ Leaf

یکی ازاندامهای رویشی گیاهان‌که معمولاً سبزرنگ است. درروی ساقه یا شاخه قراردارد. به‌کمک سبزینه عمل فتوسنتز راانجام می‌دهد. انشعابات آوندها درآن‌رگبرگ نامیده می‌شود.

برگ آذین Phyllotaxis

طرزقرارگرفتن برگهاست برروی ساقه یا شاخه یا محور خود.

برگچه Leaflet

هریك ازقطعات جدا ازهم یك‌برگ مرکب است مانند شبدرکه برگ ۳ برگچه‌ای دارد.

برگك Bractéole

برگهٔ کوچکی است که دردمگل قرار می‌گیرد.

برگ دندانه‌دار Serrate leaf.

برگ قلوه‌ای شکل Reniform leaf.

برگ نیزه‌ای Lanceolate leaf

برگه Follicle

میوهٔ خشك وشکوفایی است‌که ازیك‌برچه تشکیل شده وپس ازرسیدن با یك‌شکاف طولی بازمی‌شود. مانند میوهٔ زبان درقفا.

برگه Bract

برگ کوچکی است‌که ازلحاظ شکل ورنگ با برگهای معمولی اختلاف دارد و در زیرگل دیده می‌شود. درتیرهٔ‌کاسنی‌که گلهای مرکب مجتمع دارد برگه‌ها نیز مجتمع و متعددند. مانند برگه‌های آفتاب‌گردان وگل گندم.

برگه Bractea

برمادگی Epigynous

پرچمهایی هستندکه به بالای مادگی متصلند.

برون‌بر Epicarp

۱ـ بخشی ازفرابرمیوه است‌که خارجی‌ترین قسمت آن را تشکیل می‌دهد.
۲ـ پوستی است‌که روی میوه را می‌پوشاند.

بساك Anther

بخش انتهایی ومعمولا برجستهٔ پرچم است‌که محتوی دانه‌های گرده است.

بشره Epidermis

بیرونی‌ترین لایهٔ محافظ ریشه، ساقه وبرگ است.

بند Funiculus; Funicle

رشتهٔ کوتاهی است که درزیرتخمک قراردارد وآن را به تخمدان متصل می کند.

بوته‌ای Frutescent

گیاهی است که قاعدهٔ سخت ومحکم دارد وبوته‌ای وخارداراست.

بی‌برگ leafless

گیاه یا ساقهٔ بدون برگ است.

بی‌خار Inerm

گیاه یا اندامی که فاقد خاراست واندام دفاعی ومحافظ ندارد. مانند شمشاد .

بی‌پایه Sessile

بی‌ساقه Acaulous

گیاهی است که ساقهٔ هوایی ندارد یاساقهٔ هوایی به‌قدری کوتاه است که به نظر می‌رسد منشاء برگها ازریشه است مانند بنفشه.

بی‌کرك Glabrous

اندام صاف وبدون کرك است. مانند اندامهای شمشاد، کلم وجعفری.

بی‌گلبرگ Apetalous

گیاهانی که فاقد جام ولی دارای کاسه گل هستند. دربین آنها انواعی باگلهای کاملا برهنه (دارای کاسهٔ کاملا رشد نیافته) نیزدیده می‌شود.

بی‌لپه‌ایها Acotyledons

به رویان بعضی ازگیاهان دولپه که فاقد لپهٔ مشخص است گفته می‌شود. بعضی از دانشمندان به گیاهان بی گل نیزبی لپه گفته‌اند.

پایچه Caudicle

پایهٔ دانهٔ گرده درثعلبیان.

پایدار Persistent

بخش یا اندامی است که تازمان رویش کامل، به گیاه متصل باقی می‌ماند. مانند برگهای سبز که چندین سال دوام می کنند.

پایك Pedicel

میله پایه کوتاه دربرگ، گل یا هاگدان است.

پرچم Stamen

اندام نر گل شامل دو بخش میله و بساك است. درداخل بساك دانهٔ گرده تولیدمی‌شود.

پرگل Multiflorous

گیاهی است که تعدادگلهای آن زیاد است مانند زیرفون.

پروانه‌وار Papilionaceous

گلی است که جام آن نامنظم و به‌شکل پروانه ومرکب ازپنج گلبرگ نامساوی است. (یك درفش، دوبال ویك ناوکه ازدوقطعهٔ متصل به‌هم تشکیل شده است) مانندگل لوبیا وباقلا.

پرورش Cultivation

پلاست سبزینه‌دار، کلروپلاست Chloroplast

نوعی پلاست است که درآن ذرات سبزینه (کلروفیل) وجود دارد. مانندپلاستهایی که در برگهای سبزوجود دارد.

پنجه‌ای Palmate

اندامی است که ازمرکز به بخشهای مختلف تقسیم شده است. مانند برگ کرچك.

پوشینه Capsule

میوهٔ خشك وشکوفایی را گویندکه ازمادگی چندبرچه‌ای حاصل گردیده و به‌خلاف فندقه‌ها دارای دانه‌هـای متعدد باشد مانند میوهٔ خشخاش. نوع ناشکوفای این گونه میوه‌هـا نیز پوشینه نامیده می‌شود.

پوشینه Glume

پوشش وبرگه‌ای است که درقاعدهٔ سنبلکهای گیاهان تیرهٔ گندم وجود دارد.

پولك Scale

برگهای ابتدایی وضخیمی است که برروی ساقه‌های بعضی از گیاهان دیده می‌شود. برگهای تغییرشکل یافتهٔ پیازها نیزازاین قبیل‌است.

پولینی Pollinie

مجموعهٔ دانه‌های گرده است که قبل از باز شدن بساك، در نوعی ماده ژلاتینی، به‌حالت پیوسته به‌هم باقی می‌ماند مانند وضع‌دانه‌های گرده درثعلب. مادهٔ ژلاتینی مذکورازژله‌ای شدن غشاء سلولزی، سلولهای مادرنتیجه می‌شود.

پهن برگ Phyllode

برگی است که دمبرگ آن پهن شده و درعـوض پهنك باریك بـاقی مانده است. عمل آن شبیه عمل برگ است .

پهنك Prothalus

پهنك Lamina، leaf blade

بخشی ازبرگ‌است‌که رگبرگها روی‌آن قراردارند وبه‌دمبرگ اتصال‌دارد، بخش صفحه مانند برگ است که محتوی‌کلروفیل ومحل انجام عمل فتوسنتز است . ممکن است ساده یا مرکب باشد.

پیچ Volubile

گیاه یا اندامی ازآن است‌که به دورتکیه‌گاهی می‌پیچد. مانند نیلوفر ورازك.

پیدازادان Phanerogamia

مجموعهٔ‌گیاهانی هستندکه در آنها دانه تولید می‌شود مانند سیب، ختمی و نخود. اندامهای تولید مثل این‌گیاهان‌کاملا نمایان وتولید مثل آشکاراست. بـه دو گروه بزرگ تقسیم می‌شوند بازدانگان ونهاندا گان.

پیوسته‌کاسبرگ Gamosepalous

وضعی است‌که درآن‌کاسبرگهای‌گل به یکدیگر چسبیده‌اند. مانندگل میخك.

پیوسته‌گلبرگ Gamopetalous

وضعی‌است که درآن گلبرگهای گل به یکدیگرچسبیده‌اند. مانندگلبرگهای گیاهان‌تیره

نعناع وکاسنی.

تارهای کشنده Root – hairs

رشته‌های تك یاخته‌ای درریشه است که عمل جذب آب و مــواد غذایی را انجام می‌دهد . بخشی ازریشه که تارها برروی آن قــرارداد بهٔ نام لایهٔ تارهــای کشنده نامیده می‌شود.

تاژکداران گیاهی Phytomastigina

گروهی ازجانداران تك یاخته‌تاژك دارانده. برخی از این‌جانداران حد واسط میان جانوران وگیاهان شمرده می‌شوند. دارای پلاستهای سبزرنگ‌اند وعمل فتوسنتزرا انجام می‌دهند. نمونه‌هایی‌مانند ولوکس (Volvox) وکلامیدوموناس (Chlamydomonas) به وسیلهٔ گیاه شناسان جزء جلبکها رده‌بندی شده‌اند.

تخمبر Oviduct

لوله‌ای است که یاخته جنسی ماده پس ازخارج شدن ازتخمدان وارد آن می‌شود. این لوله یاختهٔ تخم را به خارج هدایت می‌کند.

تخم‌پوش Episperm

پوشش خارجی دانهٔ گیاهان است.

تخمدان Ovary

بخشی ازمادگی گل که محتوی یك یـا چند تخمك است. این قسمت اغلب بـرجسته است وپس ازنموکامل به میوه تبدیل می‌شود.

تخمك Ovule

بخشی ازتخمدان گیاهان دانه‌داراست (بازدانگان و نهانــدانگان) که پس از محمل گشنگیری به‌دانه تبدیل می‌شود. دربازدانگان برهنه ودرنهاندانگان دارای پوشش است. ازنظرشکل ظاهری دارای انواع مختلف است.

تخم‌مرغی - به‌شکل تخم مرغ Ovate

تك برچه Monocarp

گیاهی است که فقط دارای گلهای یك‌برچه است و برچه بعد از رشد بـه یك میوهٔ ساده تبدیل می‌شود.

تك‌گلبرگ Monopetalous

گلی است که درآن فقط یك گلبرگ وجود دارد مانندگل گاوزبان

تك‌لپه Monocotyledonous

گیاهی که دانهٔ آن دارای یك بخش یا یك لپه است. مانند گندم وخرما.

تمکن Placentation

طرزقرارگرفتن تخمك درداخل تخمدان یا آرایش تخمکها است که به‌سه‌صورت کناری (بنفشه)، محوری (زنبق) ومرکزی (پامچال) دیده می‌شود.

تمکن‌کناری Parietal placentation

یکی ازانواع تمکن است که در آن کنار برچه‌ها به‌هم متصل است. تخمکها در دیوارهٔ مادگی‌قرارمی‌گیرند وتخمدان فقط دارای یك حفره است. مانند تخمدان بنفشه.

تمکن محوری Axile placentation

یکی ازانواع تمکن است‌که درآن برچه‌ها طوری به‌هم نزدیکندکه جفت‌های‌آنها به یکدیگرمتصل می‌شوند ومحورگل را تشکیل می‌دهند. مانند تخمدان سوسن وگل آویز

تمکن مرکزی Central placentation

یکی ازانواع تمکن است‌که درآن تخمکها درمرکزمادگی به‌شکل توده‌ای قرار می‌گیرند وبه دیوارهٔ تخمدان متصل نیستند. مانند تخمدان پامچال.

تیزان Tisan

مایعات دارویی راگویندکه معمولا ازتأثیرآب برروی اعضاء مختلف گیاهان مانند برگ، ریشه، ساقه، گل، میوه، دانه وحتی موادحیوانی ومعدنی‌تهیه می‌گردند. تیزانها‌حامل مقدارکمی ازمواد مؤثراند وچون زود فاسد می‌گردند آنها را در مواقع مصرف تهیه می‌کنند.

تیزان‌ها به‌تناسب نوع‌ماده دارویی‌به‌طرق مختلف انحلال ساده، خیساندن، دم‌کردن، جوشاندن، دیژستیون وحتی لیکسیویاسیون مواد دارویی درآب مقطر یا آب آشامیدنی تهیه می‌شوند. تیزانها به‌عنوان حامل مواد دارویی و یا به صورت مشروب به مصرف بیماران می‌رسد.

جام Corolla

دومین پوشش گل است که مجموعاً گلبرگها را به‌وجود می‌آورد. این بخش معمولا به رنگهای مختلف دیده می‌شود. ممکن است ازقطعات پیوسته یا مجزا تشکیل شده‌باشد.

جدابرچه Apocarpous

مادگی مخصوصی است که ازاجتماع برچه‌های جدا به‌وجود آمده‌است.

جدار Dinepiment

تیغه نازکی‌است که باعث تقسیم تخمدان به چند خانه مشخص می‌شود. تیغه مذکور معمولا به تعداد برچه‌های مادگی در تخمدان مشاهده می‌گردد به طوری‌که از روی آن می‌توان معین‌نمود که تخمدان ازاتحادچندبرچه تشکیل شده است. دربعضی‌از گیاهان‌جدار داخلی برچه‌ها به‌طورناقص یاکامل ازبین می‌رود ویا آنکه دراثرپیدایش جدارهای‌ناشی ازجفت، حفره‌تخمدان به‌طورکامل‌یاناقص به‌خانه‌های بیشترازتعداد برچه‌ها تقسیم‌می‌گردد (مانند میوهٔ خشخاش).

جدا گلبرگها Dialypetalous

گروه بزرگی‌از گیاهان گلدار راگویندکه درآنها، جام‌گل ازگلبرگهای‌آزاد وجدا ازهم تشکیل یافته‌اند .

جفت Placenta

کناره جداربرچه‌ها است‌که تخمك‌ها به‌وسیلهٔ بند بدان اتصال دارند.

جلبك شناسی Phycology

شعبه‌ای است ازعلم‌گیاه شناسی که به مطالعهٔ جلبکها اختصاص دارد.

جلبکها Algae

گروهی از ریسه‌داران‌اند به‌شکل ظاهری بیشتر انواع این گیاهان ریسه مانند نواری است. به علت وجودکلروفیل ازقارچها متمایزاند. تولید مثل جنسی و غیرجنسی دارند. بیشترآبزی هستند یا درنقاط مرطوب می‌رویند. مهمترین انواع آنها عبارتند از جلبکهای قهوه‌ای وقرمز.

جوانه Bud

اندام نودس وفشرده‌ای است‌که درانتهای شاخه وبغل دمبرگ وجود دارد وباعث نموطولی وجانبی آن می‌شود. به وسیلهٔ برگهای پولك مانند پوشیده می‌شود.

جوانه زدن Budding

روش تقسیم دربرخی ازگیاهان پست است. جوانهٔ تازهٔ تشکیل شده ممکن است از گیاه مولد جدا شود یا به‌آن چسبیده باقی بماند. مانند روش تقسیم مخمر آبجو .

جوانه Blastomere

هریاخته‌ای‌که درمرحلهٔ شکافتگی تخم به وجود آمده باشد .

جورهاگ Homosporous

گیاهی است که فقط یك نوع هاگ تولید می کند. چنین‌هاگی منشاء اندامهای نر و ماده می‌شود دردم اسپیان ریسه‌های مختلف، هاگ مشابه تولید می کنند.

جوشانده Decoction

محلولهای دارویی راگویند که ازجوشاندن مواد دارویی مختلف مانند اعضاء مفید گیاهان وغیره درحلال حاصل شوند. زمان جوشیدن درحلال نیزبه تناسب مواد دارویی مختلف فرق می‌کند. استفاده ازاین طریقه، برای مواردی است که استخراج مواد ازجسم دارویی، به‌طریق دیگر غیرمقدور ویا با اشکالاتی مواجه باشد.

چتر Umbel

نوعی‌گل آذین کـه آرایش شبیه چترداردد. دم‌گل یـا دم‌برگ ازیك نقطه خارج می‌شود. چترساده (پامچال) وچترمرکب (هویج) ازانواع آن شمرده می‌شوند.

چترك Umbellule

چترکوچك یا چترثانوی است‌که دربالای ساقه‌های چتر مرکب وجود دارد. مانند چترك هویج.

چتری شکل Umbelliform

بخشی ازگیاه یا اندامی ازآن است که شکل ظاهری شبیه به چترداشته باشد.

چرمی (مانند برگ خرزهره) Coriaceous

چندگان Polygamous

گیاهی است که درآن گل نر،گل ماده و گلهای نرماده به‌طورتوأم وجود دارد.

چوب بهاره Spring xylem

چوب ساخته شده در بهاراست که روشن‌تر و نرم‌تر از چوب پاییزه است.

چوب پاییزه Autumn xylem

چوب ساخته شده در پاییز که تیره و محکم است. معمولاً درختها را برای استفاده بیشتر از چوب، در پاییز قطع می‌کنند.

چوب پسین Metaxylem

بخش چوب پسین گیاه و یاخته‌هایی که جدار آنها ضخیم شده است.

چوب پنبه Cork و Phellem

نوعی بافت محافظ است که یاخته‌های آن مرده و غیر قابل نفوذاند. این بافت در نتیجهٔ قطور شدن ساقه و ریشهٔ جوان جانشین بخش روپوست این اندامها می‌شود. در برخی از گیاهان از جمله درنوعی بلوط مقدار آن زیاد است و چندین سانتی‌متر ضخامت دارد.

چوبی شدن Lignification

کیفیت تشکیل چوب است. عمل ضخیم شدن جدار یاخته‌های گیاهی در اثر راسب شدن ماده‌ای که دارای ترکیب چوب است. مانند وضع ساقه‌ها و ریشه‌های مسن.

حلقوی ـ حلقه‌وار ـ حلقه مانند Annular

آوندهای حلقوی Annular vessels

اولین آوندی است که درنباتات به وجود می‌آید و دارای جدار عرضی مودب است (اولین آوندی که در گیاهان به وجود می‌آید و دارای جدار عرضی حلقوی است).

خار Prickle

رشته‌های سطحی و روپوستی اندامهای گیاه است که بآسانی می‌توان آنها را جدا کرد بی‌آنکه آسیبی به‌وجود آید. مانند خارهای ساقهٔ گل سرخ.

خامه Style

قسمت آزاد مادگی است که به کلاله ختم می‌شود خامـه در فاصلهٔ میان تخمدان و کلاله واقع شده است.

خردهاگ Microspore

هاگهایی راگویندکه ازرویش آنها، پروتال‌نر یعنی پروتال دارای آنتریدی به ـ وجود می‌آید. این‌گونه هاگها را می‌توان به دانهٔ‌گردهٔ‌گیاهان‌گلدار تشبیه‌کرد.

خردهاگدان Microsporangium

نوعی هاگدان است‌که درداخل آن خردهاگها تشکیل می‌شوند.

خودرو **Escape**

گیاهی است‌که دراصل‌کاشته می‌شده واکنون به‌صورت وحشی می‌روید.

خورجین Siliqua

میوهٔ خشك ودراز استوانه‌ای یا صاف است‌که باچهارشکاف بازمی‌شود. دانه‌ها به سختی به‌جدارمیوه می‌چسبند. مانند میوهٔ مامیران و شب‌بو.

خورجینك **Silicula**

میوهٔ خشك وشکوفا وگردی است‌که پهنای آن بیش ازدرازاست. طرزبازشدن‌آن شبیه خورجین است مانند قدومه .

خوشه **Raceme**

نوعی گل آذین است‌کـه یك محوردارد. دم‌گلهای منفرد ومتعدد درطول آن قرار دارند. مانند خوشهٔ خاکشیر وسیزاب.

خوشهٔ افشان Panicle

خیساندن Maceration

دارویی Medicinal

دانهٔ‌گرده Pollen

گامت‌نر درگیاهان مولد دانه، یا پیدازادان (نهاندانگان وبـازدانگان) است. در داخل بساك پرچم تولید می‌شود. دارای دوپوسته به نام برون‌لا ودرون‌لا است. در داخل میان مایهٔ آن دوهسته تشخیص داده می‌شود. درنتیجهٔ عمل‌گرده افشانی به‌روی گامت ماده منتقل می‌شود وباآن ترکیب می‌شود.

درخت **Tree**

گیاه چوبی است‌که لااقل پنج متر طول دارد.

درختچه Shrub

درخت کوچکی است که معمولاً تنهٔ مشخص ندارد وازقاعدهٔ منشعب است. ارتفاع آن یك تا پنج متراست.

درفش Standard petal

بزرگترین گلبرگ گل گیاهان خانوادهٔ پروانه‌آسا است. این گلبرگ‌ها با چهار گلبرگ دیگر، شکل خاص پروانه را به گلهای گیاهان این خانواده می‌دهد.

درون‌بر Endocarp

بخش داخلی میوه است که ممکن است به‌صورت لایهٔ نازك غشایی درآیدویاسخت ومحکم گردیده، هسته را به‌وجود می‌آورد.

درون‌روی Endoplyte

گیاهی است که دردرون اندامهای گیاه دیگری زندگی می‌کند.

دستجات آوندی Vascular bundle

گروهی از یاخته‌های مخصوص است که شامل دو بخش مختلف چوب و آبکش است. ممکن است علاوه براین دوبخش، طبقهٔ نازکی ازلایه زاینده درفاصلهٔ آنها وجود داشته باشد.

دمبرگ Petiole

میله‌ای است که موجب اتصال پهنك برگ باساقه یا شاخه می‌شود.

دم‌کرده Infusion; Tea

محلولهای دارویی راگویندکه با ریختن آب‌جوش برروی جسم دارویی یا عضوی از گیاه وقرار دادن آنها به مدت ۱۰ دقیقه تا یك ساعت به همان حالت، به‌دست می‌آیند. با این روش ، مقداری از مواد مؤثر جسم دارویی یا اعضاء گیاهان، تحت اثر حرارت درآب حل گردیده محلولی به‌دست می‌آیدکه تحت نام دم کرده، مورداستفاده‌قرار می‌گیرد.

دم‌گربه‌ای Catkin

نوعی گل آذین سنبله است که در آن، گلهای نر یا ماده در کنار براکته‌ها و براکته‌های فرعی درحول محورگل آذین جای دارند. دراین نوع گل آذین، گلها معمولاً عادی از پوشش ویا دارای آن، ولی به‌صورت رشد نیافته‌اند مانندگل آذین گیاهان بید،

بلوط وگردو.

دمگل Peduncle

میله یا بخشی است که موجب اتصال و نگهداری گل می‌شود.

دندانه‌دار Dentate

تضاریس کوچك برگ ویا قطعات پوشش گل راگویند. مانند برگ نارون و کاسه یا جام برخی ازگیاهان پیوسته گلبرگ که منتهی به دندانه‌های کوچك می گردند.

دوبخشه Didymous

وضع اندامی است که ازدوبخش نسبتاً مشخص یا دو قسمت کروی پیوسته به هم تشکیل شده است. مانند میوهٔ سیزاب .

دوبخشی Dichotomous

وضع شاخه‌هایی است که به دوبخش تقسیم می‌شوند وهربخش نیز به دو قسمت منشعب شده است. این انشعابات هم به همین ترتیب ادامه پیدا می‌کنند. مانند انشعابات نوعی فوکوس .

دوپایه Diecious

گیاهی‌است که گلهای نروگلهای ماده (گلهای یك جنسی) آنها روی دوپایه‌جداگانه قرارگرفته باشد. مانند شاهدانه، بید وخرما.

دوخان Bilocular

میوهٔ بعضی ازگیاهان‌که ازدوبرچه تشکیل شده است و جداری آنها را ازهم جدا می‌کند. مانند میوهٔ گیاهان خانواده شب بو (خورجین وخورجینك)

دودانه Dispermous

میوه‌ای است که دودانه دارد. مانند نیام عدس.

دودندانه Bidentate

وضع اندامی است که درانتها دارای دوزایدهٔ دندانی شکل‌است. مانندمیوهٔ ایبریس ازخانواده شب‌بو.

دورجی Distichons

وضع اندامهایی است که درردیف ودرطرفین محور مشترك‌قراردارند. مانندبرگ

سرخدار.

دورگه Hybrid

گیاه یا جانوری است که درنتیجهٔ آمیزش دوگیاه یا دوحیوان که اختصاصات ارثی متفاوت دارند به وجود آمده است.

دوساله Biennial

گیاهی که دوران زندگی آن دوسال است. درسال اول گیاه دارای اندامهای رویشی (ریشه، ساقه وبرگ) است ودرسال دوم اندام زایشی (دستگاه تولید مثل یا گل) درآن به‌وجود می‌آید وتولید دانه می‌کند مانند چغندر، جعفری وکلم.

دوشانه‌ای Bipinnate

برگ مرکبی است که برگچه‌های آن نیز مثل برگ اصلی تقسیم شده است و شبیهٔ شانه دوطرفه بابریدگیهای پرمانند به نظر می‌رسد. مانند برگهای بعضی ازسرخسها.

دوکی‌شکل Fusiform

دوگله Biflorate

گیاهی که دارای دوگل است. مانند پایهٔ بعضی ازشمعدانیها.

دولبه Bilabiate

گلی است که گلبرگ آن به دولب نامساوی زیرین و زبرین تقسیم می‌شود وگلوی گل نیزبازاست. مانند جام گیاهان تیرهٔ نعناع.

دولپه‌ای Dicotyledon

گروه بزرگی از گیاهان که دانهٔ آن دارای دولپه‌است. (گیاهك دانه دولپه دارد). مانند باقلا، نخود وبادام.

دیهیم Corymbe

نوعی گل آذین است که طول دمگل‌های فرعی درآن یك اندازه نیست و ازنقاط مختلف دمگل اصلی دمگل‌های فرعی جدا می‌شود وگلهای انتهایی آنها دریك سطح قرار می گیرند. مانند گل آذین گلابی.

راست تخمك Orthotropous

یکی ازانواع تخمك است که درآن سفت، بند وجفت دریك امتداد قراردارند .

رگبرگ Nervure

انشعاباتی از آوندهاست که برروی برگ وجود دارد و از فیبروآوند تشکیل شده است. دربیشتربرگها رگبرگ اصلی و رگبرگهای فرعی تشخیص داده می‌شود.

رگبرگ آذین Nervation

طرزقرارگرفتن گلبرگ‌ها برروی پهنك برگ است. مثلا درتك لپه‌ایها رگبرگ‌ها به طور موازی قراردارند.

رویش Germination

مراحلی است که ضمن آن، رویان پس ازطی تغییراتی، از پوششهای خود خارج می‌شود وبه‌کمك ریشهٔ جوان وبرگهای جدید مواد غذایی خود را تأمین می‌کند.

ریسه Thallus

بخش رویشی ریسه‌داران است که فاقد اندامهای مشخص گیاهان عالی (ریشه،ساقهٔ برگ وگل) است. این بخش ممکن است تك یاخته‌ای یاچند یاخته‌ای باشد . اجزای آن ممکن است منشعب ونوارمانند باشد.

ریشه Root

بخشی ازگیاهان دارای آوند است،که معمولا زمین‌گرایی مثبت دارد و در داخل خاك فرومی‌رود. موجب استحکام ویا برجایی‌گیاه می‌شود و مواد غذایی لازم را از زمین جذب می‌کند. مهمترین‌تفاوت ریشه باساقه،نبودن برگ وجوانه برروی ریشه‌است.ترتیب قرارگرفتن دستجات آوندی ریشه‌نیزازساقه متمایزاست. ریشه از نظرمحل زندگی وشکل انواع گوناگون دارد .

ریشه چه Radicle

ریشه ابتدایی است‌که در داخل دانه وجود دارد و از رویش آن، ریشهٔ گیاه تولید می‌شود.

ریشه ده Radicant

بخش‌یا اندامی است‌که تولید ریشه می‌کند. گیاهی‌که به‌وسیلهٔ ایجاد ریشهٔ نابه‌جا باسایرگیاهان اتصال پیدا می‌کند. مانند عشقه.

ریشه‌روی Epirhizous

جاندار یا اندامی است‌که برروی ریشه می‌روید.

ریشه‌زا Rhizogenic

بخشی که مولد ریشه ... ت، بخشی که موجب تشکیل ریشه‌های نابه‌جا می‌شود.

ریشه‌زایی Phizogenesis

مجموعهٔ پدیده‌ها وعلت‌هایی است که منجر به تشکیل ریشه می‌شود.

ریشه‌نما Rhizoid

سلولهای دراز وشبیه تارهای کشنده که عملی مشابه‌آن دارند. ریزوییدها در خزه‌ها وپروتال نهانزادان آوندی عمل جذب مواد را اززمین عهده‌دارانند. ریزوییدها در بعضی هپاتیک‌ها به‌صورت منشعب دیده می‌شوند.

ریشه‌های فرعی Radicel

انشعابات ظریفی است که برروی ریشهٔ اصلی به‌وجود می‌آید.

زبانك Ligule

۱ـ زایدهٔ کوچکی است که درمحل اتصال پهنك ونیام وجود دارد .

۲ـ پولك کوچکی است که درسطح فوقانی قاعدهٔ برگ برخی ازگیاهان دیده می‌شود.

۳ـ جام زبانی شکل برخی ازگلچه‌ها نیزبه این نام نامیده می‌شود.

زیرپوست Hypoderme

یك یا دولایه سلول است که درزیربشره وبالای بافت پارانشیم سبزینه‌ای برگهای بعضی از گیاهان دیده می‌شود. سلولهای لایه مذکورکه از تقسیم سلولهای بشره نتیجه می گردند ممکن است جدار ضخیم حاصل کرده وکم و بیش چوب پنبه‌ای شوند (مانند برگ کاج) ویا آن‌که به‌طورساده حالت کلانشیمی پیدا نمایند.

ساپونین Saponins

گلیکوزیدی است که درصابون مایع ومصارف صنعتی به‌کارمی‌رود.

ساقه Stem

اندامی ازگیاهان آوندی است که معمولا درخارج‌از خاك قرار دارند. برگها و جوانه‌ها درفواصل معین برروی آن قرارگرفته‌اند. اندامهای تولید مثل (گل) نیز برروی این قسمت از گیاه واقع است. ساقه‌ها را ازنظر شکل ظاهری و محل زندگی به‌انواع گوناگون تقسیم می‌کنند.

ساقه آغوش Amplexicaul

برگهایی که مستقیماً به‌وسیله پهنک خود به‌ساقه چسبیده‌اند مانند بعضی از گیاهان خانوادهٔ چتریان.

ساقه‌چه Plumule

ساقهٔ ابتدایی که در داخل دانه وجود دارد و از رویش آن ساقه تولید می‌شود.

ساقهٔ زیرین Rhizome

ساقهٔ قطوری که به‌وضع افقی قرار گرفته است. بخشی از آن درخارج از خاك و بخشی دیگر در داخل خاك است. شاخه‌های هوایی و ریشه‌های زمینی از آن درجهت بالا و پایین خارج می‌شوند. مانند ساقهٔ زیرین زنبق.

ستونك Columella

۱. پیشرفتگی یا ادامهٔ پایهٔ هاگدان در داخل هاگدان کفکها است.
۲. بخش مرکزی کلاهك ریشه است.

سته Berry

یکی از انواع میوه‌های آبدار است که میان‌بر آنها گوشتی و نرم و آبدار است. و دانه‌ها در درون آن پراکنده‌اند. درون‌بر مشخص دربیشتر این میوه‌ها وجود ندارد. مانند انگور.

سرپوش Capsule

بخشی که روی اندامی را می‌پوشاند.

سرخس Ferns

سفت Micropyle

مجرایی دربالای تخمك است که ازطریق آن، لولهٔ دانهٔ گرده وارد می‌شود. در دانهٔ رسیده به صورت نقطهٔ کوچکی در روی پوست دیده می‌شود. در ابتدای رویش دانه از راه آن آب به‌دانه می‌رسد.

سنبلك Spikelet

سنبلهٔ کوچکی که دارای چندین گل است.

سنبله Cluster

نوعی گل آذین خوشه‌ای است که گلهای بی‌پایه روی محور مشترك قرار می گیرند

مانند سنبلهٔ گندم.

شاخه Phylum

گروه بزرگی از جانوران یا گیاهان که دریك صفت عمده مشترك‌اند و دریك گروه قرار می‌گیرند.

شاخه Branch

انشعاب فرعی ساقهٔ گیاه است. شاخهٔ جوان غالبا جوانه نامیده می‌شود.

شانه‌ای Pinnate

برگی که دارای برگچه‌های فراوان است و انشعابات آن شبیه پر به‌نظر می‌رسد. مانند برگ اقاقیا و زبان‌گنجشك.

شفت Drupe

نوعی میوهٔ گوشتدار یا آبدار ناشکوفا که درون‌بر آن سخت و چوبی است وهسته را به‌وجود می‌آورد که محتوی یك یا چند دانه است. میان‌بر آن گوشتی و آبدار و برون‌بر آن تشکیل پوستهٔ نسبتاً محکمی را می‌دهد که میوه را می‌پوشاند. مانند هلو و گوجه.

شفتك Drupelet و Drupeole

شفت کوچك است. مانند میوهٔ مرکب تمشك که ازمجموعهٔ شفتکها تشکیل شده‌است.

شفتی، شفت‌مانند Drupaceous

میوه‌هایی که دوام آن برابر میوهٔ شفت است. مانند میوهٔ پسته.

شکوفا Dehiscent

میوه یا بساکی است که پس‌از رسیدن به‌خودی‌خود باز می‌شود و دانه‌ها یا دانه‌های گرده آزاد می‌شوند مانند میوهٔ خرفه و بساك زرشك.

شکوفایی Dehiscence

جدا شدن طبیعی قسمتهایی مثل بساك یا میوه است که موجب بیرون ریختن‌محتویات آنها می‌شود. مثل پوشینهٔ خاردار شاه‌بلوط هندی.

شیرابه Latex

مادهٔ بی‌رنگ یا شیری یا رنگینی است که دراندامهای برخی ازگیاهان گلدار دیده

می‌شود. اغلب دراثرقطع برخی ازاندامها خارج می‌شو مهمترین موادی که درترکیب آن وجود دارد عبارتند از: پروتئینها، قندها، آلکالوییدها، مواد معدنی و روغنها. شیرابه‌ها دراثر مجاورت با هوا به‌سرعت منعقد می‌شوند. به‌نظر می‌رسدکه این مواد درعمل تغذیهٔ گیاه و محافظت ازآن و جوش خوردن خراشها دخالت دارند. شیرابهٔ برخی ازگیاهان جمع‌آوری می‌شود و درصنعت مورد استفاده قرار می‌گیرد. مهمترین نمونهٔ صنعتی آن کائوچو است.

شیرابه‌بر Laticiferous

اندام یابخشی‌که حامل شیرابه است. مانند یـ ...ه‌ها، بافتها ومجاری دارای‌شیرابه.

طوقی Rossette

برگهای‌گسترده‌ای است‌که به‌طور منظم دراطراف یقه یا اطراف جوانه قرار می‌گیرند. گیاهی‌که برگهایی به‌این‌صورت دارد فقط دارای‌گره است وفاقد میان گره می‌باشد. مانند سه‌کنجه‌خیز. گاهی به‌برخی از امراض‌که علامت آن نزدیکی غیرعادی برگها به‌یکدیگر است نیز گفته‌می‌شود. این وضع بخصوص در درختان میوه دیده می‌شود.

علف Herb

نام‌عمومی‌گروه بزرگی از گیاهان است که معمولا یک‌ساله‌اند. ساقهٔ چوبی ندارند. برخی از اندامهای این‌گیاهان ممکن است چندساله باشد.

علف‌کش Herbicide

مواد یا وسایلی‌که به‌منظور ازبین بردن علفهای هرز به‌کار می‌روند.

علفی Herbaceous

گیاهانی راگویندکه کم‌دوام وفاقد اعضای سخت و چوبی می‌باشند مانندآلاله‌ها.

علم رده‌بندی و شناسایی‌گیاهان. Taxonomy

غدهٔ زیرزمینی، تکمه Tubercule

قسمت متورم و زیرزمینی ریشه یا ساقهٔ گیاهان است مانند غده‌های زیرزمینی سیب‌زمینی ترشی، سیب‌زمینی و غیره.

غنچه Floral bud

گل قبل‌از شکفته شدن است.

غیربومی Exotic

گیاهی‌که بومی محل نیست و دراثر فراهم آوردن شرایط زیستی لازم درمحلی

غیراز منطقهٔ رویش اولیهٔ خود پرورش داده می‌شود. مانندگیاهان خانوادهٔ کاکتوس.

فرابر Pericarp

جدار تخمدان پس‌از رسیدن‌کامل و تبدیل آن به‌میوه است. این‌بخش ممکن است خشك و سخت باشد. مانند فندق وگردو ویاگوشتی و آبدار باشد مانندگیلاس.

فراهم whorl

وضعی است‌که درآن برگها یا گلها به‌صورت مجتمع ازیك نقطه منشاءگرفته‌باشند. مانند برگهای خرزهره.

قرص Disc

وضعی‌که درآن اندام یابخشی ازآن قرص مانند است . مانند بخش مرکزی نهنج گیاهانی ازقبیل آفتاب‌گردان.

قلبی شکل Cordate

قلمه Cutting

قطعه یا شاخه‌ای ازگیاه است‌که آن را به‌منظورتکثیرازگیاه اصلی جدا می‌کنند و درخاك فرومی‌برند.

قلمه زدن Piping

یکی ازروشهای مصنوعی تکثیرگیاهان است از طریق استفاده ازقلمه ونشاندن آن درمحل مناسب.

فندقه Achene

میوهٔ خشك ناشکوفایی‌که دارای یك دانهٔ آزاد است . مانند میوهٔ فندق، آفتاب‌ـ گردان وکاهو.

کاسبرگ Sepal

اولین‌پوشش گل است‌که در گیاهان دو لپه کاسهٔ گل راتشکیل می‌دهد . معمولاً سبز رنگ است.

کاسه Calya

خارجی‌ترین بخش گل است که مجموعاً کاسبرگها را به‌وجود مـی آورد. این بخش معمولاً سبزرنگ و برگ مانند است. بخشی از پوشش گل محسوب می‌شود کـه عمل آن محافظت اندامهای داخلی‌تر گل است. ممکن است از قطعات پـیوسته یا مجزا تشکیل شده باشد.

کالیسیفلورها Caliciflorae

گروه بزرگی از گیاهان گلدارجدا گلبرگ‌اندکه درآنها، از به‌هم‌پیوستن‌قاعده‌کاسه، جام ونافهٔ گل، نوعی پیاله یا جام در قسمت انتهایی دمگل به وجود می‌آید که مادگی گل درآن قراردارد. با این‌ترتیب، تخمدان پایین‌تر از سطح سایر قطعات گل به‌نظر رسیده، وضع‌نیمه تحتانی یا تحتانی پیدا می‌کند.

کپسول Capsule

ناحیهٔ متورم وانتهایی اسپوروگون‌که‌در غالب خزه‌های اصلی برروی پایه باریکی به‌نام تارقراردارد.

کج تخمك Campylotropous

یکی ازانواع تخمك است‌که درآن به‌علت خمیدگی تخمك، سفت‌بند و جفت در یك امتداد قرارندارند.

کرك Hair

یکی ازاجزای روپوست گیاهان‌که ممکن است ازیك یاخته تشکیل شده باشد.عمل آن ممکن است ترشح ، جذب مواد یا تخفیف عمل تعرق باشد مانند تارهای‌کشندهٔ ریشه وکرکهای ترشحی.

کرکین Hairy

گیاه یا اندامی ازآن‌که ازکرك پوشیده شده است. مانند یکی ازانواع‌آلاله.

کلاله Stigma

بخشی ازمادگی گل‌که دربالای خامه واقع شده است. دانهٔ گـرده‌برروی آن قرار می‌گیرد. دراین قسمت معمولاً مواد چسبنده وغذایی ترشح می‌شود.

کوتین Cutin

ماده‌ای‌که درنتیجهٔ‌تراکم و اکسیده شدن اسیدهای چرب در گیاهان تشکیل‌می‌شود.

درلایه‌های بیرونی بخش روپوستی اندامها وجود دارد.

کوتینی‌شدن Cutinisation

کیفیتی است که درنتیجهٔ آن جدار یاختهٔ گیاهی به مادهٔ کوتین آغشته می‌شود و موجب تشکیل پوستک می‌گردد.

کلاپرک Capitulum

نوعی گل‌آذین است که در آن گلهای کوچك متعدد بدون واسطه دمگل روی نهنج صفحه مانند مجتمع هستند مانند گل آذین گیاهان تیرهٔ آفتاب‌گردان.

کلان هاگدان Megasporangium

نوعی هاگدان است که درداخل آن کلان هاگ‌ها تشکیل می‌شوند.

کلاهك Root cap

بخشی است که انتهای ریشهٔ گیاه را می‌پوشاند و برای محافظت آن به‌کار می‌رود . ریشه‌های هوایی فاقد آن هستند.

کلاهه Calyptra

۱ـ هرنوع پوشش گل یا میوه است که شبیهٔ فنجان باشد.

۲ـ دستگاهٔ آمیزش مادگی گیاه خزه است.

کنگره‌ای Crenate

برگهایی که حاشیهٔ آنها دارای دندانه‌های کوتاه وشبیه هم باشد مانند برگ بنفشه.

کنگره‌کنگره، برگ حاشیه موجی Sinuate leaf

گرد،گروی Orbiculate

گرده افشانی Pollination

چگونگی انتقال دانهٔ گرده گل است ازروی بساك پرچم برروی کلالهٔ مادگی. این عمل ممکن است به‌طورمستقیم یاغیرمستقیم انجام شود. جریان هوا، آب وحشرات از عوامل غیرمستقیم انتشاردانهٔ گرده‌اند.

گرزن Cyme

نوعی گل‌آذین است که درآن ساقهٔ گل دهنده، پایکها وپایکهای فرعی هریك به

گلی منتهی می‌شوند. این گلها از طرفی نموانتهایی ساقه را متوقف می‌سازند وازطرف دیگردرتولید انشعابات فرعی مؤثرند.

شکفتن این گلها ازبالا به‌پایین یا ازداخل به خارج است، یعنی ابتدا گلهای وسطی شکفته می‌شوند بعدگلهای جانبی بازمی‌شوند، گاهی گلهای انتهایی زودترازگلهای پایینی شکفته می‌شوند. این نوع گل‌آذین دارای انواع گوناگون است.

گرزن دوسویه Cyme biparous

نوعی گل آذین گرزن است که درآن رأس دمگل به‌یك گل ختم می‌شود وازدوطرف آن، دوانشعاب به‌وجود می‌آیدکه تقسیمات هریك دارای گل می گردند.

گرزن یك سویه Monochasium

نوعی گل‌آذین گرزن است که محورهای‌اصلی هرکدام فقط یك شاخه تولیدمی‌کنند ومعمولاً به‌دوصورت مارپیچی ودم‌عقربی دیده می‌شود.

درنوع مارپیچی C. helicoide ازکنار براکته‌ای‌که درپایهٔ گل رأس محور قرار دارد، انشعاب‌کوتاهی خارج می‌شودکه به‌نوبهٔ خود منتهی به‌گل می گردد. ازکناربراکته گل اخیرنیز به‌همین نحو ولی درجهت مخالف، انشعاب دیگری حاصل می‌شودکه آن‌نیز منتهی به‌گل می‌شود. با این ترتیب چون مرتباً به طور یك درمیان از دوسمت مخالف، انشعاب پدید می‌آید مجموعاً منظره مارپیچی حاصل می‌شود.

درنوع دم عقربی C. scerpioide به خلاف حالت مذکور، همهٔ انشعابها در یك طرف حاصل می‌شود و درنتیجه‌گل آذین شکل برگشته نظیردم عقرب پیدا می‌کند.

گریبان Involucre

۱ـ برگه‌هایی است‌که دراطراف قاعدهٔ گل‌آذینهای متراکم وفشرده از قبیل گل‌آذین چتری قراردارند. مانندگریبانهای گیاهان تیرهٔ شاه بلوط.

۲ـ گروهی ازبرگهاست‌که دراطراف اندامهای زایشی نهانزادان‌وجود دارند.

گریبانك Involucel

برگهایی است‌که در اطراف قاعدهٔ چترکهای گل آذین چتری قرار دارند. مانند گریبانکهای تیرهٔ جعفری.

گشنگیری Conjugation

نوعی تولید مثل جنسی است‌که درآن یاختهٔ جنسی نرویاختهٔ جنسی ماده مانند دو یاختهٔ جورگان عمل می‌کنند. مانند وضعی‌که درنمونه‌ای ازجلبکهای سبز به‌نام‌اسپیروژیر (Spirogyre) دیده می‌شود.

گل Flower

دستگاه زایشی در گیاهان گلدار است. اندامهای آن به ترتیب از خارج به داخل عبارتند از: کاسبرگها که معمولاً سبزرنگ اند ومجموعهٔ آنها کاسهٔ گل نامیده می شود. گلبرگها که معمولاً رنگین اند ومجموعهٔ آنها جام گل را تشکیل می دهد. کاسه وجام پوشش گل نیز نامیده می شوند پرچم اندام نرومادگی اندام ماده است. پرچم مولد دانهٔ گرده و مادگی مولد تخمك است.

گل آذین Inflorescence

وضع قرار گرفتن گلها برروی ساقه یا شاخه‌ها است. آرایش و ترتیب گلها برروی محور خود است. مانند انواع دیهیم، خوشه و گرزن.

گلبرك Petal

هریك ازقطعات یا تقسیمات جام گل که معمولاً رنگین وگاهی به‌علت دارا بودن اسانسهای مختلف، معطراست.

گل پوش Perianth

بخش یا اجزایی است که اجزای اصلی گل یعنی پرچم ومادگی را می‌پوشاند. جام وکاسهٔ گل جزء این بخش محسوب می‌شوند.

گلچه Floret

گل کوچکی است که مجموعهٔ آنها نوعی گل مرکب را به وجود می آورد. مانند گلچه‌های گل آفتاب گردان که مجموعاً گل مرکب آفتاب گردان را تشکیل می‌دهد. گلچه ممکن است لوله‌ای یا زبانه‌ای باشد.

گلسنگها Lichens

یکی ازانواع ریسه‌داران اند. گیاهانی هستند که ازهمزیستی قارچها وجلبکها به‌وجود آمده‌اند. انتشارجغرافیایی این گیاهان بسیارزیاد است. درروی سنگها و صخره‌ها، ساقهٔ گیاهان ودرسطح زمین می‌رویند. درنقاط کوهستانی ودرمناطق قطبی که شرایط رویش گیاهان دیگر بسیار دشوار است دیده می‌شوند.

گلیکوزیدها Glycosides

موادطبیعی مرکب ازیك قند بایك ترکیب دیگرکه این قسمت غیرقندی(آگلیکون) نامیده می‌شود و اغلب دارای ارزش درمانی است. گلیکوزیدها مادهٔ فعالهٔ گیاهان دارویی هستند.

گندمه Caryopsis

نوعی میوهٔ خشك ناشکوفا است که جدارمیوه ودانه به هم‌پیوسته است و فاصله‌ای بین آن دوجداروجود ندارد. مانند میوهٔ گندم وذرت.

گندمیان Graminacea

تیرهٔ بزرگی از گیاهان تك‌لپه‌اند مانند گندم، ذرت.

گوشتالو Fleshy

اندامهایی که درآنها مقدار نسبتاً زیادی آب ذخیره شده است. مانند برگ وساقهٔ خرفه واندامهای کاکتوس.

گوشواره Stipule

زایدهٔ کوچك وبرگ مانندی است که درمحل اتصال دمبرگ در بسیاری ازگیاهان وجود دارد. درعمل فتوسنتزدخالت دارد.

گونه Species

گروهی ازجانوران یا گیاهان که شباهتهای فراوان بایکدیگر دارند. جانداران هر گروه فقط با جانداران گروه خود می‌توانند تولید مثل کنند ومعمولاً باجانداران سایر گروهها نمی‌توانند عمل تولید مثل را انجام دهند.

گیا Flora

مجموعهٔ گیاهانی که مخصوص یك منطقه یا یك کشورهستند. مجموعهٔ گیاهان متعلق به دوران مخصوصی اززمین یا محیط مشخصی دریك کشور.

گیاه Plant

نام عمومی مجموعهٔ بزرگی ازجانداران که بـه‌علت وجود اختصاصات معینی از جانوران مشخص‌اند. درتعاریف دقیقتر به‌رستنیهایی اطلاق می‌شودکه دارای ریشه هستند و قابل کشف‌اند مانند پیدازادان ونهانزادان آوندی.

گیاه‌شناس Botanist

دانشمند علم گیاه شناسی است.

گیاه شناسی Botany

یکی ازشعبات علم طبیعی است که به بحث دربارهٔ گیاهان اختصاص دارد.

گیاهك Plantule

رویان گیاه و یکی از اجزای دانه است.

گیاهی شکلان Phytozoa

گروهی از بی‌مهرگانندکه ازنظرشکل ظاهری شباهتهایی با گیاهان دارند و مانند مرجانها وشقایق دریایی .

لایهٔ تارهای‌کشنده Piliferous layer

بخشی ازروپوست ریشه‌که تارهای‌کشنده را دربر دارد. معمولاً دربخش انتهایی قرارگرفته است.

لایهٔ زاینده Cambium

لایه‌ای است از یاخته‌های فعال‌که پیوسته تکثیرمی‌یابند. بین بخش چوب وآبکش قرار دارد.

فعالیت این لایه موجب‌تشکیل چوب و آبکش جدید در ساختمان پسین می‌شود.

لایهٔ غذا دهنده Nourshing layer

لایه‌ای که درکیسهٔ‌بساك اطراف‌یاخته‌های مادروجود دارد وتغذیهٔ یاخته‌های مادر را تأمین می‌کند.

لب Lobe

۱ــ هرنوع زایده یا برجستگی درساختمان یك اندام.

۲ــ تقسیمات عمیق ومدور دربرگ یاگل.

لب برگشته پیچیده Revolute

لپه Cotyledon

نخستین برگی است‌که از نمو رویان دانه نتیجه می گردد ومعمولاً دارای شکلی ساده است.

لیگنین Lignin

ماده‌ای است‌که همراه سلولوز موجب افزایش ضخامت دیوارهٔ یاخته‌های‌گیاهی می‌شود و به‌این ترتیب چوب را به‌وجود می‌آورد. وجود این ماده سبب استحکام اندامها می‌شود. تقریباً ۳۵ درصد ترکیب بخش سخت درختان دراین ماده است .

مادگی Pistil, Gynoecium

اندام مادهٔ گل که دانه از آن تولید می‌شود. بخشهای مختلف آن عبارتند از تخمدان، خامه و کلاله.

مادهٔ زیر Hypogynous

گلهایی که نهنج برآمده دارند و مادگی در رأس نهنج قرار گرفته است. اجزای گل در زیر یا در امتداد قاعدهٔ مادگی واقع شده‌اند.

مجری Pyxidium

میوهٔ سرپوش داری که پس از افتادن سرپوش به‌طور عرضی باز می‌شود. مانند میوه آناغالس و بذرالبنج.

محور Rachis

خط یا امتدادی که گلها بر روی آن واقع‌اند و مشخص کنندهٔ نوع گل آذین است. خطی که در برگهای مرکب، برگچه‌ها بر روی آن قرار گرفته‌اند.

محوری ـ واقع درمحور Axil

مریستم Meristem

بخشی از گیاه که محل تمرکز یاخته‌هایی است که از نظر تکثیر بسیار فعال‌اند. در نتیجهٔ فعالیت این بخش، بافتها و اندامهای همیشگی گیاه به‌وجود می‌آیند. یاخته‌های اولیه که در نتیجهٔ عمل تکثیر این بخش پدید می‌آیند تدریجاً تخصص می‌یابند و هر قسمت از آنها موجب تشکیل یکی از اجزای گیاه یا اندامهای آن می‌شود. مریستم ممکن است از یك یا چند یاخته منشأ گرفته باشد.

مریستم‌هایی که در انتهای ریشه وساقه وجود دارند از چند یاخته به‌وجود آمده‌اند. درنتیجهٔ پیدایش خراش در برخی از اندامها، بافت مریستم ممکن است تشکیل شود. مریستم ثانوی طبقات زایندهٔ چوب و آبکش و چوب پنبه را تولید می‌کند.

مریکارپ Mericarp

هریك از دو فندقه میوه‌های دو فندقه‌ای را گویند که در گیاهان تیره جعفری دیده می‌شود.

مشبك Reticulate

مغز Pith

بخش مرکزی یا بخش داخلی ساقهٔ گیاهان دولپه.

مغزدانه Kernel

محتویات دانه یعنی رویان ولپه‌های آن است واحتمالاً آلبومین که ازپوست دانه جدا شده است.

مگاسپور Megaspore

هاگهایی راگویندکه‌از رویش آنها، پروتال ماده به‌وجودآید. یعنی پروتالی به‌وجود آیدکه بعداً برروی آن آرکگون تشکیل شود. با این وضع می‌توان آن را شبیه‌به نئوسل Nucelle گیاهان گلداردانست.

منظم Aclinemorph

گلهایی راگویندکه قطعات آن شبیه به‌هم بوده دارای تقارن شعاعی هستند.

منقار Beak

زایدهٔ انتهای بعضی ازمیوه‌ها. مثل زایده‌های میوهٔ شنگ.

مونادلف Monadelphe

پرچمهایی را گویندکه درتمام طول میله ویا لااقل درناحیهٔ قاعدهٔ آن به‌هم ارتباط داشته، مجموعاً به‌صورت یك‌دسته دیده می‌شوند.

مهمیز Spur

دنبالهٔ لوله مانندکاسه یاجام درزیر گل‌که بسته‌است وگاهی مقداری‌نوش‌گل درآن جمع می‌شود. مانند مهمیز زبان‌درقفا که ازتغییرشکل کاسبرگ به‌وجودآمده است.

میان‌بر Mesocarp

بخشی ازفرابرمیوه‌است‌که بین برون‌بر و درون‌بر قرار دارد. دربسیای ازمیوه‌ها بخش خوراکی آن‌را، تشکیل‌می‌دهد.

میله Filament

بخشی از پرچم‌است‌که درانتها به‌بساك ختم می‌شود وبانهنج ارتباط دارد.

میوه Fruit

تخمدان بارور شده ونمو یافتهٔ گیاه. نتیجهٔ عمل باروری وترکیب گانه‌های جنسی. دانه درداخل آن‌قرارگرفته است.

میوه‌بر Fructiferous

عامل مولد میوه یاحامل‌آن.

میوه شناسی Carpology

شعبه‌ای ازعلم‌گیاه شناسی‌که به‌مطالعهٔ میوه‌ها اختصاص دارد.

نابومی Adventive

گیاهانی‌که مخصوص یك منطقه نباشند و از مناطق دیگرآورده و به‌جهاتی پرورش می‌دهند.

ناجوربرگ Heterophyllous

ناجوربرگی Heterophyllic

وجود برگهایی‌که ازنظر شکل ظاهری مختلف‌اند. وبرروی یك گیاه یاساقهٔ منفرد قرار دارند. مانند برگهای تیرکمان آبی‌که برگهای‌آبزی نواری شکل وبرگهای مواج مدور وبرگهای هوایی به‌شکل سرنیزه هستند.

ناجورخامه Heterostyle

گلهای‌گیاهان متلعق به‌یك‌گونه که خامهٔ آنها دارای اندازه‌های مختلف است مانند گلهای پامچال.

ناجورگانی Anisogamy

وضعی‌که درآن یاخته‌های جنسی یا گانه‌ها ازنظر اندازه مختلف ولی ازنظر عمل نظیر یکدیگرند.

ناجورهاگ Heterosporous

گیاهی است که دو نوع مختلف هاگ تولید می‌کند مانند سرخس‌آبزی مارسیلیا (Marsilia).

نخی شکل Filiform

به‌عضوی ازگیاه‌گفته می‌شود که نازك ونخ مانند باشد مانند برگ رازیانه.

نرمادگی Hermaphrodism

کیفیت وجود دستگاه تناسلی نروماده تواماً دریك گیاه.

نرماده Hermaphrodite

وجود پرچم ومادگی دریك گل یاگیاه گل‌دار مانندگل ختمی وشب بو.

ناشکوفا Indehiscent

نوعی میوه‌که پس از رسیدن، خود به‌خود بـاز نمی‌شود ودانه دردرون میوه باقی می‌ماند. مانند میوهٔ فندق وگردو.

ناف Hilum

اثری برروی پوست دانه‌که مشخص کنندهٔ نقطهٔ اتصال قبلی دانه با بند است.

نافه Androecium

نام مجموعهٔ پرچمهای یك گل است.

ناهم بوم Allopatric

جاندارانی که در نقاط متفاوت دیده می‌شوند واز نظر انتشار ومحل زنـدگی بـا یکدیگر متفاوتند.

ناهوازی Anaerobic

موجودات ذره‌بینی زنده‌ای که می‌توانند درمحیطهای بدون اکسیژن زندگی کنند.

نهان‌بر Cryptocarpous

گیاهانی‌که میوهٔ آنها مخفی‌است.

نهاندانگان Angiospermae

گروه بزرگی ازگیاهان گلدارکه درآنها تخمك درداخل برچهٔ بسته‌ای قراردارد و پس ازعمل لقاح به‌صورت دانه محصور در میوه درمی‌آیند. این‌گیاهان به‌دو گروه تقسیم می‌شوند تك لپه‌ای ودولپه‌ای.

نهانزادان Cryptogamia

گروه بزرگی ازگیاهان که‌گل ندارند. به‌همین‌جهت جزء گیاهان پست تقسیم‌بندی می‌شوند.دربعضی انواع، برخی‌اندامهای رویشی نیزوجود ندارد. تولید مثل این‌گیاهان برخلاف‌پیدازادان آشکارنیست. مانند نهانزادان آوندی وریسه‌داران.

نهانزادان آوندی Pteriodophyta و Vascular cryptogamia

گروهی از گیاهان که گل ندارند وبه‌همین جهت جزء گیاهان پست به‌شمار می‌آیند. در اندامهای رویشی آنها لوله‌هایی به‌نام آوند وجود داردکه شیره‌های گیاهی در داخل آنها جریان دارد. تولید مثل این گیاهان به وسیلهٔ هاگ یا تخم صورت مـی‌گیرد. بیشتر درجنگلها و درمناطق مرطوب می‌رویند. مانند سرخس‌ها، دم اسبیان وپنجه‌گرگیان.

نهنج Receptacle

بخشی از گل که اندامهای پوششی (گلبرگها وکاسبرگها) واندام های زایشی (مادگی وپرچم) برروی‌آن قرارگرفته‌اند. درگلهای مختلف به اشکال متفاوت است.

نوش Nectar

نوعی مادهٔ قندی است که برخی سلولها بـه‌خارج ترشح مـی‌کنند. این ماده یا در گودیهای مخصوص باقی می‌ماند ویا آن‌که در همان نـاحیه ترشح شده، سلولها را فـرا می‌گیرد. وجود نوش درداخل گل،سبب می‌گرددکه حشرات به‌سوی آن جلب شده،انتقال دانه‌های گرده برروی مادگی پایه‌های مختلف گیاه، به سهولت انجام پذیرد.

نوشگاه Nectary

عضو ترشح‌کنندهٔ نوعی ماده قندی به نام نوش است‌که برروی نهنج گل به‌صورت برجسته ویا به شکل حلقوی (درقسمت داخل یـا خارج پایه پرچمها) دیـده می‌شود ویـا آن که ممکن است به‌صورت صفحهٔ قرصی شکل وغیره درآید. دربعضی گیاهان تیره‌آلاله، جام‌گل از تغییرشکل‌پرچمها به اعضای مولد نوش که‌کم و بیش ظاهرگلبرگ مانند دارند، حاصل می‌شود.

نیام Legume

نوعی میوهٔ خشك وشکوفا است‌که ازیك برچه تشکیل شده وپس ازرسیدن‌به‌وسیلهٔ دوشکاف طولی بازمی‌شود. مانند میوهٔ‌گیاهان تیره نخود.

نیام Ocrea, Ochrea

قاعدهٔ بعضی ازبرگها، برگه‌ها یا گریبانها که روی ساقه ادامه دارد وآن راکاملاً احاطه می‌کند. مانند نیام‌گیاهان تیره‌گندم و دم اسبیان.

واژگون تخمك Anatropous

یکی ازانواع تخمك است که در آن به‌علت خمیدگی زیـاد تخمك، سفت مجاور جفت قرار گرفته است.

هاگ Spore

عامل تولید مثل برخی ازگیاهان کـه ممکن است ازیـاختهٔ واحد یا چندین یاخته تشکیل شده باشد.

بعد ازجدا شدن ازعامل مولد (هاگدان) مستقیم یا غیرمستقیم موجب پیدایش گیاه تازه‌ای می‌شود. معمولاً میکروسکوپی است وازراههای مختلف به‌وجود می‌آید.

هاگدان Sporangium

اندامی‌که درگیاهان بی‌گل مولد هاگ است. اندام نظیرآن درگیاهان دارای گل بساك است.

هاگزایی Sporulation

عمل تشکیل هاگ‌ها درداخل هاگدان وانتشارآنهاست.

هاگینه Sore

مجموعهٔ هاگدانها است‌که درسطح زیرین برگ سرخس قـراردارد و ممکن است ازیك غشاء نازك به نام اندوزی Indusie پوشیده شده باشد.

هم بوم Sympatric

جانداارانی که درنقاط مشخص پراکنده‌اند.

هموپاتی Homeopathy

روش‌خاص درمان‌بیماریها به‌وسیلهٔ تجویزمقادیرکم دارویی‌که مقدارزیادآن‌علایمی شبیه مرض تولیدکند. این روش ابتدا به‌وسیلهٔ ساموئل هانمان ابداع شد.

هوازی Aerobic

موجودات ذره‌بینی زنده‌ای که درهوای آزاد می‌توانند زندگی کنند.

یك برگچه‌ای Unifoliolate

۱ـ برگی‌که فقط دارای یك برگچه است مانند برگ نارنج.

۲ـ گیاهی‌که برگ‌آن فقط دارای یك‌برگچه است.

یك پایه Monoecious

گیاه گلداری که گلهای نـر و ماده آن روی پایهٔ واحـد قرار دارند . مانند فندق و گردو .

یك جنسی Unisexual, Diclinous

۱ـ گیاه یا گلی که دارای یك جنس مشخص، نریا ماده باشد.

۲ـ گلهایی که یا فقط دارای پرچم هستند یا دارای مادگی.

یك خانی Unilocular

اندام یا بخشی از گیاه که فقط دارای یك بخش یا یك قسمت است. مانند پوشینه درسیلن (Silene)

یك درمیان Decussate

وضع برگهایی که روی ساقه یا شاخه به‌صورت متناوب قرار دارند.

یك گله Uniflorous

گیاهی که دارای یك گل است. مانند آلاله و بنفشه.

یك لبه Unilabiate

اندام یا بخشی از گیاه که فقط دارای یك لب باشد. مانند مریم نخودی (Teucrium) و آژوگا (Ajuga).

فهرست نام فارسی گیاهان داروئی